

BACHELOROPPGAVE

I hvilken grad tilrettelegger barnehagepersonalet for barns muligheter til livsmestring i natur, og hvordan påvirker dette barns følelse av tilhørighet til naturen?

To what extent do the kindergarten staff facilitate children's opportunities for life skills in nature, and how does this affect the children's sense of belonging to nature?

Kandidatnummer: 201, 206 og 314

BLUBACH - Bacheloroppgave i barnehagelærerutdanningen

Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett

Institutt for pedagogikk, religion og samfunnsfag

Veileder: Anne Myklebust Lynngård

Antall ord: 13 928

Innleveringsdato: 31.05.2021

Vi 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.

*«Hvis fakta er frøene som senere skal bli til kunnskap og visdom,
så er følelsene og sanseinntrykkene det fruktbare jordsmonnet hvor frøene kan spire.
De tidlige barndomsårene er tiden den jorden skal klargjøres».*

(Carson 1956, s. 46, referert i Sageidet, 2019, s. 55)



(Bilde hentet fra eget arkiv)

Forord

Som tredjeårsstudenter har vi snart nådd målet vårt - en fullført bacheloroppgave og utdannede barnehagelærere. Vi sitter igjen med betydningsfulle erfaringer og rik kompetanse fra utdanningen, som gjør oss klar i møte med arbeidslivet i det viktigste yrket i verden.

Vi vil gjerne takke vår kjære lærer og veileder Anne Myklebust Lynngård. Vi ble veldig glad for at akkurat du ble vår veileder, med ditt gode og morsomme vesen. Med din faglige kompetanse har veiledningen vært lærerik og anvendelig under hele prosessen. De konstruktive tilbakemeldingene og de gode rådene er vi veldig takknemlig for, da det har styrket vår oppgave.

Oppgaven har vært krevende, men samtidig veldig spennende og inspirerende. Vi har tilegnet oss verdifull kunnskap og opplevd nye perspektiver rundt problemstillingen. Gjennom hele oppgaven har vi hatt et fenomenalt driv og en fantastisk motivasjon, da vi har stor interesse for de ulike temaene. Vi kan med stolthet videreformidle våre funn om barns livsmestring og tilhørighet til natur.

Samarbeidet mellom oss tre studenter har vært enestående. Vi har støttet og motivert hverandre gjennom både oppturer og nedturer i prosessen. Våre sterke sider har virkelig fått blomstre, der alle har bidratt like mye med sin kompetanse og sine styrker. Samtidig som vi har hatt gode faglige diskusjoner, har vi hatt fine og morsomme stunder med mye latter som har kommet godt med i denne pandemien.

Vi vil også takke Karen Klepsvik for sin deltakelse i prøveintervjuet. Vi setter stor pris på at du kom med flere tilbakemeldinger, som førte til positive endringer før hovedintervjuene. Vi ønsker også å gi en takk til alle respondentene og informantene som stilte opp i vår bacheloroppgave. Dere har bidratt til et formidabelt datamateriale, der funnene er optimale for vår problemstilling.

Til slutt vil vi gi en stor takk til våre familier, som har støttet oss hele veien og kommet med positive og motiverende ord! En ekstra takk til en av mødrene våre for god hjelp med korrekturlesing!

Summary

In this bachelor thesis we use both qualitative and quantitative methods to research to which extent the kindergarten staff facilitates children's life skills in nature, and how this affects the child's sense of belonging to nature. The concept of children's life skills was presented in the newest framework plan for kindergarten in 2017. The concept is broad, however in the management document it is mostly linked to children's physical and mental health. Our findings took us towards a different direction than what we had anticipated. Through our research we found a link between children's life skills, their sense of belonging to nature and sustainable development. The study discusses the link between the concepts, as well as the results from our research that answers to our issue. Finally, we present our findings along with a didactic model that the kindergarten staff can incorporate as a tool in the important work with children's life skills, their sense of belonging to nature and sustainable development.

Innholdsfortegnelse

1.0 INNLEDNING	6
1.1 BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA OG PROBLEMSTILLING.....	6
1.2 PROBLEMSTILLING	7
1.3 OPPGAVENS OPPBYGNING.....	7
2.0 BEGREPSAVKLARING	8
2.1 NATUR.....	8
2.2 BARNES LIVSMESTRING	8
2.3 TILHØRIGHET TIL NATUR	9
3.0 TEORI.....	10
3.1 BARNES LIVSMESTRING I NATUR	10
3.1.1 <i>Robuste barn</i>	12
3.2 VOKSENROLLEN I NATUR.....	13
3.2.1 <i>Gode relasjoner</i>	14
3.2.2 <i>Anerkjennelse</i>	16
3.2.3 <i>Barnehagepersonalets ulike roller</i>	17
3.3 BARNES TILHØRIGHET TIL NATUR.....	18
3.3.1 <i>Bærekraftig utvikling i natur</i>	19
4.0 METODE	21
4.1 VALG AV METODE	21
4.2 SPØRREUNDERSØKELSE SOM METODE	21
4.3 INTERVJU SOM METODE	22
4.4 VALG AV RESPONDENTER OG INFORMANTER	22
4.5 GJENNOMFØRING AV SPØRREUNDERSØKELSE OG INTERVJU	23
4.6 ETISKE HENSYN OG PERSONVERN	24
4.7 FEILKILDER OG KILDEKRITIKK.....	24
5.0 PRESENTASJON AV DATAMATERIALET	26
5.1 SPØRREUNDERSØKELSE AV ANSATTE I BARNEHAGEN	26
5.1.1 <i>Barns livsmestring i natur</i>	26
5.1.2 <i>Barns tilhørighet til natur</i>	29

5.2 INTERVJU AV BARNEHAGELÆRERE I BARNEHAGEN	33
5.2.1 Barns livsmestring i natur	33
5.2.2 Barns tilhørighet til natur	34
6.0 DRØFTING OG KONKLUSJON	37
6.1 BARNES LIVSMESTRING I NATUR	37
6.2 BARNES TILHØRIGHET TIL NATUR.....	40
6.3 BÆREKRAFTIG UTVIKLING.....	42
6.4 KONKLUSJON.....	46
7.0 AVSLUTNING	48
8.0 LITTERATURLISTE.....	49
9.0 VEDLEGG.....	54
9.1 VEDLEGG 1 - SAMTYKKEERKLÆRING	54
9.2 VEDLEGG 2 - INFORMASJONSSKRIV OM INTERVJU	55
9.3 VEDLEGG 3 - SPØRSMÅL FRA DIGITAL SPØRREUNDERSØKELSE.....	58
9.4 VEDLEGG 4 - INTERVJUGUIDE.....	59
9.5 VEDLEGG 5 - OPPFØLGINGSSPØRSMÅL I INTERVJU	61

1.0 Innledning

Ifølge Rammeplan for barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11) skal barnehagen bidra til at barns fysiske og psykiske helse fremmes, i tillegg til at barna skal få oppleve trivsel, mestring og følelse av egenverd. Barna skal få støtte i å mestre, håndtere ulike utfordringer og få kjennskap til egne og andres følelser. Dette blir beskrevet under barnehagens verdigrunnlag, men utfra det vi selv har observert og erfart i praksis, er vi nysgjerrige til implementeringen av begrepet *barns livsmestring* i barnehagen. Da vi ble introdusert for begrepet i barnehagelærerutdanningen, ble vi raskt interessert og ønsket å lære mer om det.

I dag kan vi se at det er lange køer barn og voksne må stå i for å komme til hos psykologisk helsetjeneste. Ifølge en rapport fra folkehelseinstituttet rammes omtrent halvparten av den voksne norske befolkningen av en psykisk lidelse i løpet av livet (Mykletun et al., 2009, s. 10). At barns livsmestring er et fremtidsorientert begrep kan antyde at en god psykologisk og fysiologisk grunnmur kan legges allerede i barnehagealderen. I barnehageloven (2005, § 2) står det “Barnehagen skal ha en helsefremmende og en forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller”. At arbeidet som gjøres i barnehagen er viktig, vet vi. Men i forhold til et fremtidig samfunnsperspektiv - kan det være den viktigste jobben vi gjør i samfunnet i dag.

I den nordiske barnehagetradisjonen er man mye utenfor barnehagens fire vegger. Nyere forskning viser store fordeler ved bruk av natur. Blant annet i rapporten fra miljøverndepartementet (2009, s. 31) blir det sagt at 19 av 20 nordmenn forbinder naturen med “det gode liv”. Vi tror naturen kan være en fantastisk arena hvor barnehagepersonalet kan arbeide med barns livsmestring.

1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling

Barnehagepersonalets arbeid med barns livsmestring kan være med å fremme barns psykiske og fysiske utvikling. Arbeidet kan gjøre barna bedre rustet til å håndtere livets utfordringer i framtiden. Basert på våre egne erfaringer fra ulike praksisbarnehager har vi sett at barnehagepersonalet aktivt bruker naturen når de er ute med barna. Disse erfaringene, i tillegg til en genuin interesse for barns livsmestring, førte til bestemmelsen om å undersøke om

barnehagepersonalet tilrettelegger for barns muligheter til livsmestring i natur.

Vi har også sett at naturen kan gi barn mangfoldige naturopplevelser som kan føre til selvstendighet, mestringsfølelse, gode relasjoner og begynnende forståelse av sammenhenger. Derfor vil vi også forske på hvordan barns livsmestring påvirker barns følelse av tilhørighet til naturen. Barns livsmestring er et såpass viktig, men relativt nytt satsingsområde som gjør at vi vil undersøke om barnehagepersonalet har klart å implementere begrepet nok i det pedagogiske arbeidet, for å kunne tilrettelegge og arbeide med barns livsmestring i naturen. Målet med forskningen vår er at oppgavens helhet kan bidra til økt kunnskap i arbeid med barns livsmestring og tilhørighet til natur.

1.2 Problemstilling

I hvilken grad tilrettelegger barnehagepersonalet for barns muligheter til livsmestring i natur, og hvordan påvirker dette barns følelse av tilhørighet til naturen?

1.3 Oppgavens oppbygning

I første del skriver vi om begrepsavklaringer. Videre har vi valgt å dele vår oppgave inn i kapitlene: innledning, teori, metode, presentasjon av datamaterialet, drøfting og avslutning. Vi har valgt å bruke metodetriangulering, med kvantitativ spørreundersøkelse og kvalitativt intervju. I drøftingsdelen presenterer vi empiri sett sammen med teorigrunnet og våre egne tolkninger. Oppgaven ender med en konklusjon av våre funn og en egen avslutning.

2.0 Begrepsavklaring

Vi vil definere begrepene som er relevant for vår oppgave i dette kapittelet. Begrepene er med i problemstillingen; *natur, barns livsmestring og tilhørighet til natur*, og vil være sentrale gjennom hele oppgaven.

2.1 Natur

Neegaard (2013, s. 53) mener at det ikke er enkelt å svare på hva natur er (Hessen, 2008), da det er flytende overganger mellom natur og sivilisasjon. Men han har likevel definert natur slik: “Natur er større eller mindre områder med skog, buskas, sletter, fjell, strand, vann eller liknende som ikke er menneskeskapt eller foredlet”. Å definere begrepet natur kan være vanskelig, da betydningen kan være forskjellig fra menneske til menneske. Neegaard (2013, s. 54) mener at natur er noe som “alltid har vært der”. Det er noe naturlig som ikke er foredlet av mennesker. Et opparbeidet uteområde kan ikke kalles for natur, nettopp fordi det ikke er naturlig. Det stilles noen kriterier til begrepet natur, som at det skal være et område med planter, busker og trær og muligheter til å oppleve dyre- og fugleliv. Terrenget skal heller ikke være konstruert eller opparbeidet i stor grad.

2.2 Barns livsmestring

Livsmestring er et relativt nytt begrep som ble tatt inn i styringsdokumentene for barnehagen i 2017. Begrepene livsmestring og helse er blitt en del av rammeplanen sitt verdigrunnlag. “Barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller” (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Livsmestring er et fremtidsorientert begrep og Plischewski (2018, s. 36) refererer til et prosjekt på oppdrag fra Barne- og likestillingsdepartementet som definerer livsmestring som:

Å utvikle ferdigheter og tilegne seg praktisk kunnskap som hjelper den enkelte til å håndtere medgang, motgang, personlige utfordringer, alvorlige hendelser, endringer og konflikter på best mulig måte. Å skape en trygghet og tro på egne evner til å mestre også i fremtiden.

(Landsrådet for Norges barne- og ungdomsorganisasjoner, 2017, s. 5)

2.3 Tilhørighet til natur

Boldermo (2018, s. 122) refererer til Pfaff-Czarnecka (2013, s. 13) som forklarer tilhørighet som en posisjon innenfor en sosial struktur, erfart gjennom identitet, forankring og tilknytning. Han mener at mennesker hører sammen når de deler verdier og relasjoner, og tilhørighet oppstår som et resultat av tillit og fellesskap, trygghetsfølelse og opplevelse av å ha muligheter.

Maroufi (2020) skriver i sin artikkel:

Å føle tilhørighet vil si å kjenne at man hører til et sted, at man har et sted det er godt å komme til, et sted man kjenner igjen. Det kan være der du bor, i barnehagen, [...] eller et annet sted der du føler deg trygg.

Langholm et al. (2017, s. 60) hevder at trygghet og det å føle seg hjemme på uteområdet i skogen er grunnleggende for å trives og utvikle en følelse av tilhørighet og nærhet til naturen. Videre mener hun at barnehagens faste tursted kan nettopp bidra til denne tilhørigheten (s. 59). Tilhørighet til natur kan defineres slik: å høre til et sted, samtidig oppleve en god følelse av stedets helhet og trygghet i omgivelsene.

3.0 Teori

Vi vil i dette kapittelet presentere et teoretisk rammeverk som vi finner relevant og interessant for å belyse vår problemstilling. Teorikapittelet er delt inn i tre hovedkategorier og fem underkategorier. Hovedkategoriene er:

1. Barns livsmestring i natur
2. Voksenrollen i natur
3. Barns tilhørighet til natur

3.1 Barns livsmestring i natur

Livsmestring, psykisk helse og fysisk helse har en nær sammenheng (Størksen, 2018, s. 11). Psykisk helse er noe alle mennesker har, og er en egen ressurs hos mennesker som henger nært sammen med livskvalitet (Drugli & Lekhal, 2018, s. 33). Sosial- og Helsedirektoratet (2007, s. 8) definerer psykisk helse som utviklingen av og evnen til å mestre tanker, følelser, atferd og hverdagslige krav. Videre deler man gjerne begrepet inn i god og dårlig psykisk helse. Helse- og omsorgsdepartementet (2003, s. 3) beskriver god psykisk helse som et viktig redskap for å kunne være i et harmonisk samspill med seg selv, sine omgivelser, familie, venner og skolemiljø. Dårlig psykisk helse kjennetegnes av psykiske vansker og lidelser, som for eksempel følelsen av nedstemthet eller alvorlig depresjon (Folkehelseinstituttet, 2018, s. 10). Men det er viktig å understreke at en god psykisk helse ikke betyr fravær av psykiske vansker. Det er heller ikke automatisk at fravær av psykiske vansker gir god psykisk helse (Drugli & Lekhal, 2018, s. 33). Helse- og omsorgsdepartementet (2003, s. 3) forklarer at dårlig psykisk helse medfører store omkostninger både for den enkelte, men også for samfunnet. Med tanke på at psykisk helse bare er nevnt ett eneste sted i rammeplan for barnehagen, og at psykiske vansker og lidelser er vårtids aller mest utbredte og kostnadskrevende helseutfordring, er dette et aldri så lite paradoks (Kringelbotn, 2018, s. 64).

Livet er uforutsigbart. Det vil ta oss gjennom mange utfordringer, i større eller mindre grad. Hvordan vi forholder oss til disse utfordringene har betydning for vår livskvalitet (Bjørndal & Bergan, 2020, s. 45). Det å ha en god psykisk helse er derfor viktig for å kunne møte disse utfordringene som livet kommer med. Kunne håndtere både medgang, motgang og kriser (Helse- og omsorgsdepartementet, 2003, s. 3). Har man en dårlig psykisk helse kan dette føre til at man ikke mestrer motgang, noe som igjen kan føre til utvikling av psykiske lidelser. Om

man klarer allerede i barnehageårene å bidra til at barna får en god psykisk helse, hjelper man både barnet selv til å klare å håndtere livet, men også samfunnet på lang sikt. Det øker sannsynligheten for at barnet blir en bidragsyter (2003, s. 3). Kringlebotn (2018, s. 71) mener at god psykisk helse ikke er noe man kan lære seg ved å lese teoribøker, det er ikke et fag eller en metode. Han mener det er noe som må leves - og om det er ett sted hvor barna lærer mest om livet som leves, så er det barnehagen.

I Rammeplan for barnehagen står følgende:

Vaner og handlingsmønstre tar form allerede fra tidlig alder. Gode vaner som tilegnes i barnehagealder, kan vare livet ut. Barnehagen skal legge til rette for at alle barn kan oppleve bevegelsesglede, [...], mentalt og sosialt velvære, og fysisk og psykisk helse.

(Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 49)

Et sentralt virkemiddel i folkehelsearbeidet er regelmessig fysisk aktivitet. Dette vil kunne motvirke en rekke sykdommer og plager, både i oppveksten og senere i livet. Fysisk helse virker også fremmende på barn og unges selvfølelse, kan føre til bedre sosial tilpasning og økt trivsel (Helsedirektoratet, 2008, s. 2). Helsedirektoratet (2019) anbefaler at barn og unge bør være fysisk aktive i minst 60 minutter daglig, med moderat til høy intensitet. Osnes et al. (2015, s. 251) mener at fysisk aktivitet og kroppslig lek bør få en større plass i barnehagehverdagen. De beskriver følgende: "Barnehagen er en viktig arena for å skape interesse for og bidra til at barn får en positiv opplevelse av å bruke kroppen og være i bevegelse".

K.-A. Jørgensen (2015, s. 205-206) mener at det å tilrettelegge for varierte naturlandskaper og miljøer er grunnleggende for at barn skal være fysisk aktive. Variasjon åpner opp for mangfoldige sanseinntrykk, utforskning og lysten til å være i bevegelse. Videre forteller hun at mangfoldet av sanseinntrykkene kan fremme åpenhet for stedenes opplevelsesmuligheter. Krempig (2020, s. 242) sier at naturen gir et helt annet grunnlag for bevegelse og kroppslig utfordring enn det andre miljøer gjør. Ibsen skrev "Her blev mine Tanker stærke" i sitt dikt "Paa Vidderne". Han mente dette som en hyllest til friheten og roen han erfarte i naturen. I vår moderne tid snakkes det ofte om at kontakt med naturen gir en positiv påvirkning på fysisk og psykisk helse (Krempig, 2020, s. 238). Potensielt kan positive opplevelser og erfaringer i naturen gjøre at barn blir mer aktive i naturen i fremtiden - også i form av fysisk aktivitet og avkobling (Calogiuri, 2015; Chawla, 2015, henvist i Krempig, 2020, s. 242).

Krempig (2020, s. 242-243) henviser til Fernee et al. (2020) som forklarer at “ungdom som har gjennomgått et behandlingsopplegg, kalt villmarksterapi, har i ettertid av opplegget brukt natur-støtte strategier som de har lært seg i behandlingen til å mestre livet”. Det at barna får gode og positive erfaringer i naturen i barnehagen, kan altså påvirke valg og mestringsstrategier senere i livet. Krempig (2020, s. 243) refererer videre til Myrvang (2003) som mener at det å være fysisk aktiv i naturomgivelser innebærer en sansedimensjon som man ikke kan erfare innenfor barnehagens fire vegger.

Osnes et al. (2015, s. 22) mener det er helt sentralt for barn å oppleve mestring for at de skal bli engasjert eller motivert. De refererer videre til Jensen og Osnes (2009, s. 109) for å beskrive hva de mener mestring handler om: “å kunne noe, beherske noe eller få til noe, altså få en opplevelse av å kunne ulike ferdigheter”. Krempig (2020, s. 246) henviser til Trangsrud et al. (2020) som sier at “naturen krever noe av den enkelte, men naturen i seg selv vurderer eller dømmer ikke våre handlinger”. Med det menes at det finnes utallige utfordringer i naturen, blant annet fysiske og psykiske, og det er ut ifra hvordan man selv håndterer disse utfordringene på sitt eget nivå som teller. Dette kan videre føre til mestringsopplevelse. Skaalvik (2006, referert i Osnes et al., 2015, s. 22) mener at mestring og selvoppfatning (hvordan man oppfatter, føler, tenker og vurderer seg selv) er tett knyttet sammen. Osnes et al. (2015, s. 22) mener at om et barn opplever kroppslig mestring, for eksempel i natur, vil dette kunne påvirke dets selvoppfatning i en positiv retning i situasjoner med opplevelsen av suksess.

3.1.1 Robuste barn

Da begrepet livsmestring handler blant annet om å klare å håndtere medgang, motgang og utfordringer, og å ha tro på egne evner, ligger livsmestring i nær tilknytning til robusthet.

P. S. Jørgensen (2017, s. 22) forklarer at robusthet handler om barnets helhetlige innstilling til tilværelsen, barnets livsmot, evnen til å stole på seg selv og evnen til å holde ut og ikke gi opp, til tross for motstand. Videre forklarer han at det er avgjørende at barnet trives, at barnet selv opplever robusthet som noe positivt.

Et annet element som inngår i begrepet robusthet er teorien om motstandskraft, også kalt *resiliens*. Motstandskraft omhandler evnen til å komme seg gjennom eller overvinne følgene av et traume eller en belastning (P. S. Jørgensen, 2017, s. 100). Drugli og Lekhal (2018, s. 26)

refererer til Rutter (2013) som beskriver det slik at noen barn kan ha en positiv utvikling til tross for at de møter stor motstand. De er altså motstandsdyktige. P. S. Jørgensen (2017, s. 102) beskriver at vi forstår motstandskraft som en kompleks dynamisk sammenheng mellom det barnet har med seg i sin psykiske bakgrunn og noe som blir dyrket frem i barnet i samspillet med nære omsorgspersoner. Gode relasjoner kan føre til mange positive prosesser for barnet og på den måten fremme motstandskraft. Omsorgspersoner kan få barnet til å føle seg verdsatt, oppleve tilgang til støtte, i tillegg til å få innarbeidet personlige positive verdier (Drugli & Lekhal, 2018, s. 28).

I boken *livsmestring og livsglede i barnehagen* nevner Plischewski (2018, s. 39) begrepet salutogenese. Videre beskriver Plischewski følgende: “En salutogenetisk tilnærming sier noe om hva som har betydning for positiv utvikling, hva som er helsefremmende og må ses på som et overordnet perspektiv”. Drugli og Lekhal (2018, s. 22) forklarer at salutogenese teorien ikke er godt kjent innen barnehagefeltet, men det handler mye om det som vektlegges som sentralt i pedagogisk arbeid. Begrepet viser til ressurser hos mennesker som fremmer god psykisk helse, robusthet og livskvalitet. De beskriver videre at i teorien forstås mennesket som et åpent system, som er i aktivt samspill med sine omgivelser. Barnet blir da sett på som en aktør i egen utviklingsprosess, og ikke som et kontrollerbart objekt. Forfatterne refererer også til Antonovsky (1996) som sier at positive livserfaringer fremmer salutogenese ved at de bidrar til å utvikle motstandsressurser. En viktig motstandsressurs for barn er *sosial støtte*. Eksempel på dette kan være gode relasjoner og ha tilhørighet til ulike grupper. Små barn trenger å oppleve tilhørighet blant annet for å føle seg trygge (s. 23).

3.2 Voksenrollen i natur

Livsmestring er et nytt begrep under verdigrunnlaget i Rammepåen for barnehagen fra 2017. Som en lærende organisasjon skal barnehagepersonalet reflektere både rundt faglige og etiske problemstillinger. De voksne i barnehagen har et ansvar å oppdatere seg faglig og være tydelige rollemodeller i arbeidet med barna (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15). Under verdigrunnlaget blir det skrevet at “å møte individets behov for omsorg, trygghet, tilhørighet og anerkjennelse og sikre at barna får ta del i og medvirke i fellesskapet, er viktige verdier som skal gjenspeiles i barnehagen” (s. 7).

Evertsen-Stanghelle (2018, s. 86) skriver om hva som er grunnleggende for livsmestring. Hun nevner forskning som har vist betydningen av sensitivt samspill, og hvor grunnleggende

følelsen av å være i trygghet er for barns fungering, vekst og utvikling. Barn som opplever tilknytning i tidlig alder, kan ta det med seg videre gjennom sine ungdomsår og voksne alder. Evnen til å stole på andre og inngå i gode relasjoner med andre blir etablert tidlig. Videre refererer forfatteren til Nelson og Sheridan (2011) sitt utsagn om at psykisk helse, fysisk helse, læring og selvregulering har alle felles tidlige røtter - nemlig gode og trygge relasjoner (s. 87).

3.2.1 Gode relasjoner

Statens statistiske sentralbyrå viser fra 02. mars, 2021 at 92.8% av alle barn i Norge mellom 1-5 års alderen har plass i barnehagen (Statistisk sentralbyrå, 2021). Mer enn 260 000 barn i alderen 1-5 år har en heltidsordning i barnehagen. Det vil si at barnet oppholder seg i barnehagen 41 timer eller mer i uken (Utdanningsdirektoratet, 2020). Dette innebærer et enormt ansvar for de voksne i barnehagen. For at barna skal kunne oppholde seg på en plass over så lang tid, kreves det trygge voksne som barnet kan knytte gode relasjoner til. Drugli og Lekhal (2018, s. 52) definerer en relasjon som et gjensidig forhold mellom to parter over tid. Videre refererer forfatterne til Hinde (1979) som sier ved å kommunisere og være i samspill med hverandre vil partene både bli kjent med og utvikle forventninger til hverandre. Forfatterne mener at evnen til å bli påvirket av hverandre i relasjonen er en forutsetning for en god relasjon. Gjensidigheten mellom partene i relasjonen er viktig for å bygge opp vår relasjonskompetanse. Lund (2017, referert i Sælebakke et al., 2018, s. 23) mener at relasjonskompetanse har en eksistensiell betydning for vår evne til å leve med andre mennesker hvor vi kan møte egne og andres uttrykk og følelser, i tillegg takle å stå i vanskelige situasjoner og konflikter.

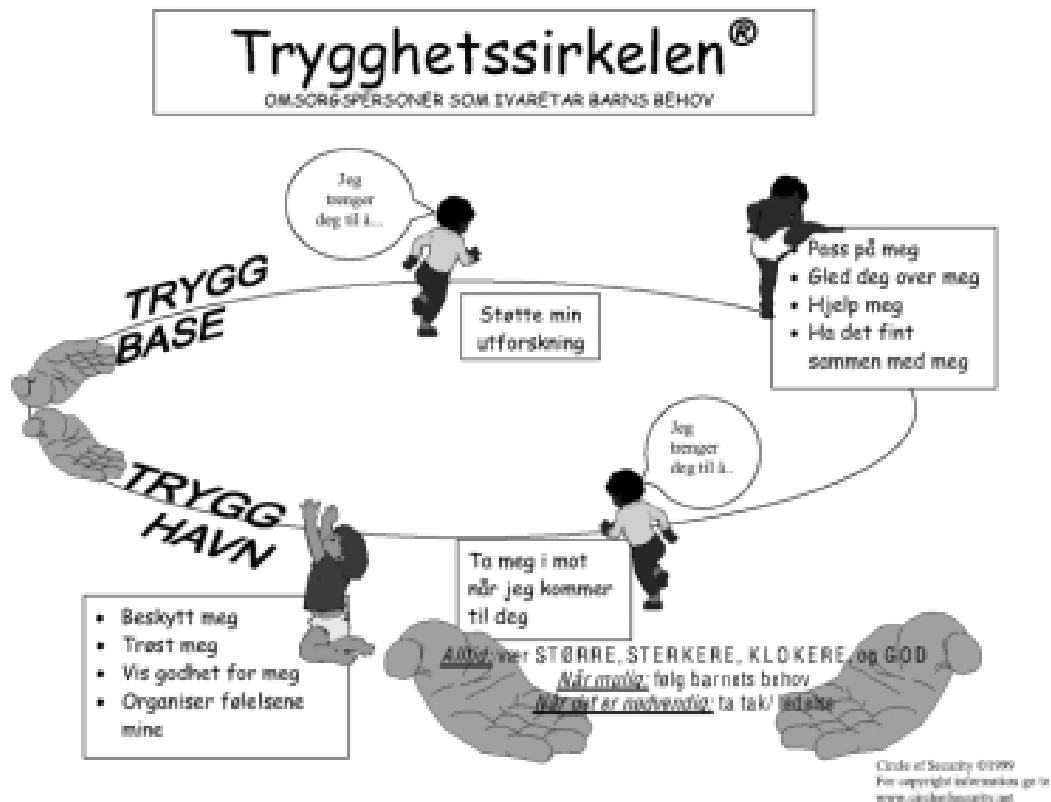
Roland og Evertsen-Stanghelle (2018, s. 180) refererer til Wubbels et al. (2015) hvor det blir skrevet at barna utvikler gode relasjoner med voksne som deltar i aktiviteter hvor barna opplever mestring og trivsel. Dette blir sett på som positive interaksjoner. Forfatterne forklarer disse positive interaksjonene som byggeklosser i relasjonen mellom barn og voksne, og flere felles spenningsopplevelser kan ha positiv effekt på videre relasjonsbygging (2018, s. 180). Gjennom slike interaksjoner er det viktig for relasjonen og for barnets opplevelse at barnet erfarer å bli bekreftet av den voksne. Personalet i barnehagen er barnas rollemodeller og om den voksne viser glede og begeistring på barnets vegne kan det berike barnets opplevelse og selvbilde (Lunde, 2018, s. 122).

En forutsetning for gode relasjoner mellom barn og voksne er at det er blitt opprettet en trygg tilknytning. Drugli og Lekhal (2018, s. 116) skriver at trygg tilknytning fremmes når den voksne er sensitiv og responderer overfor barnet, særlig når barnet behøver hjelp med å regulere negative følelser, for eksempel når barnet trenger trøst. Evertsen-Stanghelle (2018, s. 88) mener at barnehagepersonalet må kunne dele barnets glede og dets positive følelser. Den voksnes evne til å sette ord på det som skjer for å skape orden i den kaotiske situasjonen kan betrygge barnet. I barnehagen må de voksne skape oppvekstmiljøer som preges av trygghet, stabilitet og forutsigbarhet. Dette er også med på å fremme barnets muligheter for å få etablert trygg tilknytning til de voksne i barnehagen.

I forhold til barns livsmestring refererer Evertsen-Stanghelle (2018, s. 86) til Bowlby (1990) som sier at “trygge tilknytningsforhold er den beste “livsforsikring” du kan ha”.

“Barnehagepersonalet skal aktivt legge til rette for omsorgsfulle relasjoner mellom barna og personalet og mellom barna” (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 19).

“Circle of Security”, også kalt trygghetssirkelen, er et populært verktøy i dagens norske barnehager. “Trygghetssirkelen bygger på mange års forskning omkring tilknytning og viser oss hvordan de grunnleggende behovene henger sammen” (Brandtzæg et al., 2014, s. 18). Trygghetssirkelen blir beskrevet som en veiviser for barnas indre behov og viser både barnets behov for utforsking, læring og utvikling i tillegg til den følelsesmessige ivaretagelsen og behovet for tilknytning. På toppen av sirkelen er utforsking og på bunnen er tilknytningsbehovet. Personalet i barnehagen blir den trygge basen, eller ladestasjonen, hvor barna kan komme tilbake til, lade batteriene og dra ut i verden igjen (Sandgrind, 2017). Et av hovedprinsippene med verktøyet er at den voksne skal bli bevisst og lære seg å tolke barnet og dets behov. Den voksne er den trygge basen som barnet kan stole på og komme tilbake til ved behov. Dette er avgjørende for at barnet skal kunne lære og utforske (Lundhaug & Neegaard, 2013, s. 16).



Figur 1. Trygghetssirkelen (Brandtzæg et al., 2014, s. 25).

3.2.2 Anerkjennelse

Drugli og Lekhal (2018, s. 53) mener at om det skal bli en god relasjon kreves det ikke bare gjensidighet, men også anerkjennelse. Relasjonen mellom barn og voksne er asymmetriske, hvor de voksne alltid har ansvar for relasjonens kvalitet. Anerkjennelse er noe man viser i møte med andre mennesker. Det har med vårt menneskesyn, holdning og hvilken måte vi er sammen med andre. Videre skriver forfatterne at i barnehagekontekst, handler det om å se hvert barn som den barnet er. Å møte barnet i deres indre opplevelser med tillit og respekt og ikke hva barnet gjør og presterer. Videre refererer forfatterne til Stern (1985) om hans utsagn om at alle mennesker behøver å bli anerkjent, men for barn er det særlig viktig fordi deres selvoppfatning er under utvikling. Drugli og Lekhal (2018, s. 53) skriver når den voksne anerkjenner barnets egen opplevelse, bekreftes barnets verdi som menneske. Det er viktig at de voksne anerkjenner og forstår alle følelsene til barna, både de gode og vonde. Man bør alltid bekrefte følelsen og deretter forsøke å forstå hvorfor barnet føler som det gjør i situasjonen fremfor å prøve og distrahere og avlede.

Når barna er i barnehagen i gjennomsnitt 8 timer om dagen, er det viktig at de voksne er tilgjengelig og klar for å møte barna i sine opplevelser og følelser (Utdanningsdirektoratet, 2020). Lunde (2018, s. 122) mener at de voksne i barnehagen er pliktig til å møte hvert enkelt barns følelsesuttrykk på en empatisk og klok måte. De voksne er tilgjengelige, men samtidig lar barna prøve ut ting på egen hånd. De klarer å finne en balansegang mellom å delta og å observere i barns lek, i tillegg forholde seg engasjert og nysgjerrig for det barn er opptatt av til enhver tid - også det som er vanskelig å snakke om (Kringlebotten, 2018, s. 72). Om den voksne klarer å møte barnets emosjonelle behov for trøst, støtte, trygghet, anerkjennelse og bekreftelse, kan det hjelpe barnet til å sette grenser for seg selv (Nadina & Anita, 2020, s. 43).

Barns kroppslige og følelsesmessige tilstander og atferd er avhengig av god reguleringsstøtte. Regulering dreier seg om evnen til å stoppe litt opp og legge tid til tanker mellom følelsene og handlingene (Perry, 2009, referert i Nadina & Anita, 2020, s. 25). Utvikling av barnets eget reguleringsystem er blant annet avhengig av hvordan barnets følelser og atferdsmessige reaksjoner møtes av først og fremst barnets omsorgspersoner (andrerregulering), særlig i de første leveårene (Nadina & Anita, 2020, s. 25). I følge Nadina og Anita (2020, s. 25) må de voksne forstå og møte barnets behov, slik styrkes reguleringsmekanismen i barnet og vil senere utvikle selvreguleringsferdigheter. Disse ferdighetene er viktig for vår evne til å håndtere stress senere i livet. Videre skriver forfatterne at stress har negative konsekvenser for en hjerne som er i utvikling, da barnets alarmsystem allerede er svært sensitivt. Får ikke barnet erfaringer med regulering kan barnet bli lett overaktivert eller underaktivert, det vil si ubehag og stress fort kan skape kraftige reaksjoner (Nadina & Anita, 2020, s. 26).

3.2.3 Barnehagepersonalets ulike roller

Videre redegjør vi for de ulike rollene som er relevante for vår oppgave.

I 1976 kom Wood, Bruner og Ross med begrepet støttende stillas som et praktisk pedagogisk hjelpemiddel i arbeidet med barn. Stillas blir i denne sammenhengen brukt om den støtten barnet får av enten en voksen eller et annet barn, slik at barnet blir i stand til å utføre en oppgave det ikke hadde maktet alene (Askland & Sataøen, 2017, s. 208).

Rollen som veileder i barnehagehverdagen, må stadig tas opp og frem i arbeidet med barna. *“Veiledning kan være en viktig arbeidsmåte som kan bidra til bevisstgjøring av egne tanker, følelser og forbedring”* (Carson & Birkeland, 2019, s. 12). Lundhaug og Neegaard (2013, s. 116) definerer en veileder som en nyskaper, utvikler, inspirator som har lange perspektiver.

Videre skriver de at veilederen spør om hva og hvorfor, er en oppfinner og utfordrer hvordan tilstanden er her og nå.

Lundhaug (2013, s. 102-103) definerer dynamisk ferdighetssyn som et optimistisk syn på egne ferdigheter. Barnehagepersonalet som har et slikt syn legger til rette for et praksisfellesskap hvor de motiverer barna til å prøve noe nytt, men at det er lov og rom for å feile. Som rollemodeller for barna kan barnehagepersonalet vise at de også forsøker og øver på nye ferdigheter, noe som kan fremme at barna får et dynamisk ferdighetssyn. Miljøet aksepterer at man er nybegynner og det stilles ikke høye krav til prestasjoner.

3.3 Barns tilhørighet til natur

Under fagområdet natur, miljø og teknologi i Rammeplanen for barnehager er det skrevet at barnehagen skal legge til rette for at barna kan få et mangfold av naturopplevelser og få oppleve naturen som arena for lek og læring. Barnehagen skal legge til rette for at barna kan oppleve tilhørighet til naturen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 52). Naturopplevelser og trygghet er et viktig grunnlag for trivsel i naturen, og kan sees i sammenheng med barns følelse av tilhørighet til natur.

Tilhørighet innebærer en følelse av å høre til et sted og føle seg trygg i omgivelsene. Ifølge Bakke (2018, s. 21) er kunnskap om verden rundt oss viktig for å mestre livet på jorda og oppleve verden som et noenlunde trygt sted. Får barn kunnskap om hva som finnes i naturen kan det blir mindre skremmende å møte naturens mangfold. Kjenner barn igjen ulike arter og kan sette navn på dem, bidrar dette til å øke barns naturopplevelse. Som Rachel Carson hevdet, og senere forskning ser ut til å bekrefte, vil barndommens naturopplevelser være sentrale for å utvikle og opprettholde barnas følelse av undring og begeistring for naturen (Heggen & Langholm, 2019, s. 174).

Kasin og Langholm (2019, s. 165) hevder at i tilknytning til det å være ute i naturen, oppdage mangfold og det å forstå sammenhenger, er ulike aktiviteter og mål aktuelle. Det kan handle om at barna får sanse vær og vind, at de lærer å kle seg etter værforholdene, eller at de oppdager ulike arter i ulike naturområder. Sageidet (2019, s. 56) skriver at sansene virker mottakelig på alle områder når barn opplever naturen. Hun skriver også at på denne måten skjerpes følelsene, og bidrar til at barn kan utvikle empati til andre barn, det vil si evnen til å sette seg inn i et annet barns opplevelse og reaksjoner. Ved å se, høre, smake, lukte og ta på,

kan barn lære begreper og samtidig bli knyttet til naturen via sansene. Derfor vil sanseopplevelser bygge relasjoner til naturens ulike elementer både kognitivt og emosjonelt. Slike intense og minneverdige naturopplevelser kan gi barna en begynnende forståelse av å være del i naturens nettverk av sammenhenger, og kan fremme utvikling av empati til både mennesker og andre organismer (Sageidet, 2019, s. 57).

Barnets utvikling kan påvirkes negativt dersom barnet mangler tilknytning til naturen. Louv (2010) omtaler en tilstand han kaller “nature deficit disorder”, på norsk blir det kalt for “naturunderskuddsforstyrrelse” (Langholm et al., 2017, s. 80). Fedme og konsentrasjonsvansker er noen av problemene som kan skyldes av manglende opphold i naturen. Hågar (2014, s. 6) påstår at naturkontakt gir ny energi og nytt mentalt overskudd. Videre hevder han at jevnlig kontakt med naturen er for mange en livsstil – vi søker til naturen som en arena for livskvalitet.

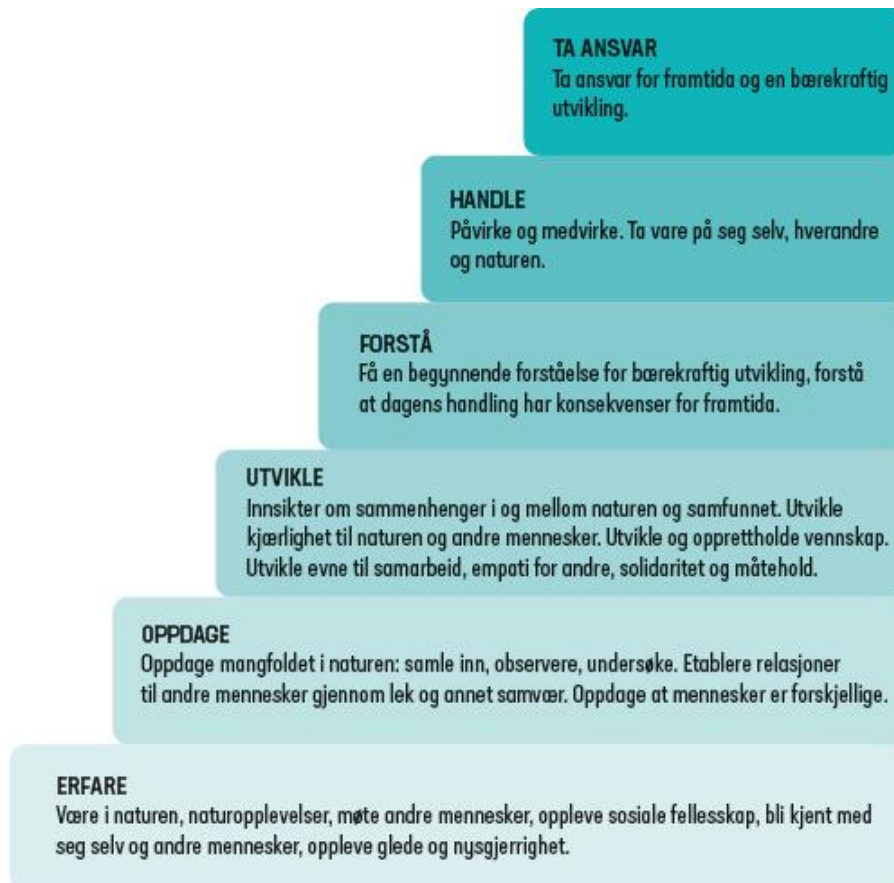
3.3.1 Bærekraftig utvikling i natur

Barns tilhørighet til naturen blir ofte sett i sammenheng med bærekraftig utvikling. I *forskerfrøboka* refererer forfatterne til Holter og Langholm (2014) som fremhever viktigheten av at barna blir kjent med naturens mangfold, i tillegg til å få gode naturopplevelser for at barn skal bli miljøbevisste. Sammen med kvalifiserte voksne kan barna undre seg og utforske naturen, og lære å ta vare på den. “Barnehagelærerens betydning kan derfor ikke overvurderes når det gjelder barns utvikling av nærhet og en følelse av tilhørighet til naturen” (Langholm, et al., 2017, s. 79).

Bærekraftig utvikling handler om å bevare jordkloden og sørge for at alle får en bedre framtid. Det vil si at vi som lever i dag må unngå overforbruk av ressursene på jorden. Det innebærer å ta vare på behovene til mennesker som lever i dag, uten å ødelegge fremtidige generasjoners muligheter til å dekke sine (Bakke, 2018, s. 16). Bergan og Bjørndal (2019, s. 34) skriver at det første steget mot en bærekraftig utvikling trenger å starte allerede i barnehagen for å kunne ta et aktivt skritt i retningen av en bærekraftig framtid. Videre hevder forfatterne at vi først og fremst trenger et verdigrunnlag som ligger i bunnen for måten vi tenker på, samt bærekraftige vaner og praksiser vi kan etablere og navigere etter i hverdagen (s. 35). Barnehagelærere utgjør derfor en viktig rolle når de skal tilrettelegge og videreformidle bærekraftig utvikling.

Ifølge Kasin og Langholm (2019, s. 164) kan bærekraftstrappen danne grunnlag for å legge til

rette for pedagogisk arbeid om bærekraftig utvikling i barnehagen. Bærekraftstrappen er en modell som har mål om å gi små barn gode opplevelser for naturen for å senere ta ansvar for den. Den kan deles inn i 6 trinn: 1-erfare, 2-oppdage, 3-utvikle, 4-forstå, 5-handle og 6-ta ansvar. I korte trekk handler det om hvordan barn stegvis går fra å være observatører i naturen til å oppdage biologisk mangfold og forstå naturlige sammenhenger, og til slutt ønske å påvirke og medvirke til en bærekraftig utvikling gjennom å til slutt ta ansvar for fremtiden (Bergan & Bjørndal, 2019, s. 32).



Figur 2. Bærekraftstrappen (Kasin & Langholm, 2019, s. 164).

4.0 Metode

I dette kapittelet vil vi gjøre rede for hvilke forskningsmetoder vi har brukt og hvordan vi har gått frem. Begrepet metode kommer fra det greske ordet *methodos*, som betyr å følge en bestemt vei mot målet (Befring, 2020, s. 13). Grønmo (2016, s. 41) definerer metode slik: «Metodene angir hvordan vi skal fremskaffe kunnskapen og utvikle teoriene, og hvordan vi skal sikre at kunnskapen og teoriene oppfyller kravene til vitenskapelig kvalitet og relevans på det aktuelle fagområdet». Det dreier seg om hvordan vi skal gå frem for å samle inn informasjon om virkeligheten, deretter analysere og tolke informasjonen.

4.1 Valg av metode

Vi har valgt å bruke både spørreundersøkelse og intervju som metoder, slik at vi får samlet inn tilstrekkelig med datagrunnlag. Bergsland og Jæger (2014, s. 69) skriver at metodetriangulering er å ta i bruk forskjellige metoder som kan bidra til å styrke og utfylle hverandre. Både kvalitativt og kvantitativt orienterte metoder bidrar på hver sin måte til en bedre forståelse av det samfunnet vi lever i, og av hvordan enkeltmennesker, grupper og institusjoner handler og samhandler (Dalland, 2020, s. 54). Kvantitative og kvalitative metoder kan belyse problemstillingen fra ulike perspektiver og synsvinkler når vi kombinerer de ulike metodene. I følge Bergsland og Jæger (2014, s. 69) gir den kvalitative metoden dybdekunnskap om informantenes oppfatning og opplevelse, mens den kvantitative metode blir distribuert til flere personer. En kombinert tilnærming av metodene kan innebære at data fra den ene metoden benyttes for å videre følge opp den andre metoden. Vi ønsker å gjøre dette da troverdigheten på empirien kan støttes opp av metodenes resultater. Ulempen med metodetriangulering er at det kan være både omfattende og tidkrevende (Bergsland & Jæger, 2014, s. 69).

4.2 Spørreundersøkelse som metode

Kvantitative metoder er forskningsmetoder som befatter seg med tall og det som er målbart (Bergsland & Jæger, 2014, s. 68). Spørreundersøkelse er en av de mest brukte kvantitative metodene, og samler inn data av statistikken til en gruppe mennesker i samfunnet. Den statistiske informasjonen gjør det mulig for eksempel å finne populasjonens gjennomsnitt svar i prosent, grafer eller tabeller. Dalland (2020, s. 129) skriver at statistikk er et viktig verktøy som benyttes i alle typer vitenskapelig arbeid, og kan bidra til å forstå bedre det som skjer i

hverdagen. «Spørsmålene i spørreskjemaet må formuleres slik at de kan belyse problemstillingen. Et viktig prinsipp er å stille mest mulig konkrete spørsmål. Det gjør det lettere å svare og gir detaljert informasjon, noe som gjør det lettere å tolke data» (Johannessen et al., 2010, s. 260, referert i Bergsland & Jæger, 2014, s. 77).

4.3 Intervju som metode

Intervju er et av de mest brukte kvalitative metodene. Et intervju består av en intervjuer som stiller spørsmål til informanten. Spørsmålene blir stilt muntlig og det er intervjueren som har ansvar for å registrere svarene (Løkken & Søbstad, 2017, s. 104). Hovedpoenget med kvalitative intervjuer er at intervjueren lar informanten formulere svarene sine selv. I slike intervjuer er det ofte mindre standardisering; intervjuene er mer ustrukturerte og åpne (s. 107). I intervju brukes ofte en intervjuguide (vedlegg 4) for å ha et rammeverk rundt intervjuet. Intervjuguide inneholder som oftest en liste med spørsmål eller temaer som en ønsker å ta opp i intervjuet. Disse er uttenkt på forhånd, og dermed kan en intervjuguide betraktes som en ramme for samtalen (s. 108).

4.4 Valg av respondenter og informanter

Spørreundersøkelsen ble lagt ut på et diskusjonsforum på Facebook, "Idebroen debatt", der alle respondentene arbeider i barnehager. Forumet har ca. 11000 medlemmer, og vi så at det var mulig å oppnå et høyt antall besvarelser. I spørreundersøkelsen har respondentene ulike arbeidstitler. Vi ønsket at svarene skulle ha samme verdi, uansett hvilken stilling de har i barnehagen. Alle respondentene blir derfor inkludert i spørreundersøkelsen, uavhengig av om det er en assistent eller pedagogisk leder.

Vi ønsket å gjennomføre våre kvalitative intervju med to informanter som vi kjente fra tidligere praksisperioder. Begge er pedagogiske ledere i sin avdeling, men jobber i forskjellig type barnehager. Informant A jobber i en såkalt tradisjonell barnehage, og informant B jobber i en gårds- og friluftsbarnhage. Begge informantene er opptatt av barns naturopplevelser og har aktive friluftsliv på fritiden.

4.5 Gjennomføring av spørreundersøkelse og intervju

Vi skal gå nærmere inn på hvordan spørreundersøkelsen og intervjuene ble gjennomført i dette underkapittelet. Det gis en mer detaljert forklaring på hvordan vi har tatt i bruk de to ulike metodene.

Spørreundersøkelse

Den kvantitative metoden ble gjennomført via en digital spørreundersøkelse. Gjennom SurveyXact har vi nøye utformet de forskjellige spørsmålene, og med hjelp av programmet fikk vi frem nyttig data av resultatene.

Vi ønsket å få et bredere innblikk i hvordan barnehager tilrettelegger og arbeider med barns livsmestring og barns tilhørighet til naturen. Vi valgte derfor å ha flere ulike spørsmål om de to temaene. På slutten av spørreundersøkelsen var det to åpne spørsmål som kunne besvares med tekst. De åpne spørsmålene ga oss ærlige og nøyaktige svar fra respondentene.

Intervju

Informantene ble invitert til intervju gjennom e-post, hvor de også fikk et informasjonsskriv (vedlegg 2), og om de takket ja, kunne signere det vedlagte samtykkeskjemaet (vedlegg 1). På forhånd laget vi en semistrukturert intervjuguide som bestod av få spørsmål, og ble formulert ut fra både problemstillingen vår og svarene fra spørreundersøkelsen. Vi gjennomførte først et prøveintervju med en lærer fra studiet, for å se om intervjuguiden fungerte. Intervjuene skulle foregå digitalt (pga. pandemien) og vi fikk muligheten til å se hvordan lydopptaker ville fungere. I intervjuene ønsket vi å være aktive lyttere hvor vi bekreftet informantene sine svar. Evnen til aktiv lytting er også av betydning for intervjuets kvalitet (Bergsland & Jæger, 2014, s. 72). Vi erfarte gjennom prøveintervjuet at vi bør nikke og stille spørsmål når intervjupersonen var ferdig å snakke fremfor å bekrefte muntlig med ordlyder. Dette var for at transkriberingen fra intervjuet skulle bli så presis som mulig. Vi valgte å sende hovedspørsmålene til informantene i forkant slik at de fikk muligheten til å reflektere på forhånd og stille mer forberedt.

Vi begynte intervjuene ved å informere informantene om det formelle ved intervjuet. Deretter ønsket vi å skape en uformell samtale for å etablere en atmosfære hvor den intervjuede føler seg trygg nok til å snakke fritt om sine egne opplevelser og følelser (Bergsland & Jæger,

2014, s. 72). Intervjuguiden vår bestod av 6 åpne spørsmål som begynte med spørreordene «hva» og «hvordan». Vi hadde en stikkordsliste som vi brukte til å formulere oppfølgings spørsmål (vedlegg 5). Vi valgte å ha lydopptak for at vi alle kunne være til stede og registrere svarene så fullstendig og saklig som mulig (Løkken & Søbstad, 2017, s. 114).

4.6 Ethiske hensyn og personvern

Etisk hensyn handler om å ivareta og verne om informantenes personlige opplysninger og privatliv. Forskere har et viktig ansvar for å ikke utsette informantene for skade og unødvendig belastninger (Bergsland & Jæger, 2014, s. 85). Deltakerne fra både spørreundersøkelsen og intervjuene ble informert om at alle besvarelsene er anonyme.

Som nevnt tidligere sendte vi ut et skriv til informantene med informasjon om formålet med oppgaven. I skrevet står det blant annet om informantens rettigheter, frivillig deltakelse, anonymitet, bruk av lydopptak, og et vedlegg med et samtykkeskjema (Vedlegg 1-2). For å ta i bruk lydopptaker på intervjuene måtte vi melde inn prosjektet til norsk senter for forskningsdata (NSD).

Informantene i intervjuene skal ikke bli identifisert i vår oppgave, og blir omtalt som informant A og B. Alt av innsamlet materiale vil bli slettet etter godkjent oppgave. Vi håper informantene som deltok på bacheloroppgaven vår sitter igjen med ny kunnskap og gode refleksjoner rundt temaet.

4.7 Feilkilder og kildekritikk

Før en setter i gang med en undersøkelse, er det nødvendig å drøfte ønskede og mulige resultater (Dalland, 2020, s. 57). Etter endt undersøkelse er det viktig at forskeren tar metodespørsmålet og innsamlingsstrategier opp til ny drøfting. En må være selvkritisk og reflektert over metodene som er brukt og om de er tilstrekkelige til å besvare problemstillingen (Bergsland & Jæger, 2014, s. 80).

Da vi analyserte datamaterialet fra spørreundersøkelsen så vi at bærekraftig utvikling var ett av hovedfunnene i spørsmålet om barns følelse av tilhørighet til naturen. Dette var et tema vi ikke hadde tenkt så mye over på forhånd, men som kom veldig tydelig frem i resultatene. Dalland (2020, s. 59) beskriver det slik at resultatene kan vise seg å gå imot de antakelsene som undersøkelsen er bygd på. Det er viktigere at sannheten kommer frem, enn at vi skal få

rett. Ved å ha fått over 100 svar hvor over halvparten mener at temaet står i tett tilknytning til problemstillingen, synes vi at resultatene viser troverdighet, altså reliabilitet. Reliabilitet handler blant annet om forskningen er utført på en tillitvekkende måte, om hvor pålitelig datamaterialet er og hvordan det samles inn (Bergsland & Jæger, 2014, s. 80). Det at vi også brukte to metoder, viser til reliabiliteten i forskningen. Vi så at resultatene fra spørreundersøkelsen i stor grad var i samsvar med det informantene fra intervjuene besvarte.

I etterkant ser vi at vi burde hatt et åpent spørsmål i spørreundersøkelsen om hva deltakerne mener barns livsmestring er. Vi fikk tilbakemeldinger om at alternativene var for snevre og at det dermed hadde vært bedre om de fikk skrive detaljert hva de mener selv. Det er mange ulike oppfatninger om hva barns livsmestring er og da blir det vanskelig for noen å svare på spørsmålet dersom de ikke deler samme mening. Siden dette spørsmålet ikke var helt tilstrekkelig, kan en diskutere validiteten i resultatet. Validitet handler om hvor godt eller relevant dataene representerer det som skal undersøkes (Bergsland & Jæger, 2014, s. 80). Vi mener at de gitte svaralternativene representerer en så stor del av begrepet livsmestring, at det likevel er valid. Svaralternativene er tatt fra tidligere forskning om barns livsmestring, blant annet av Drugli og Lekhal (2018) og Størksen (2018).

I spørreundersøkelsen spurte vi deltakerne hvor ofte de arbeidet med barns livsmestring. Svaralternativene var: “ofte”, “av og til”, “sjeldent”, “aldri” og “vet ikke”. Vi har ikke konkretisert hva “ofte” eller “sjelden” betyr. I ettertid ser vi et behov for å ha gjort det, men samtidig viser resultatene samsvar med hva informantene i det kvalitative intervjuet uttrykte.

Vi gjennomførte intervjuene digitalt, med tanke på daværende smittevernregler, og med dette mistet vi muligens litt av det tillitsforholdet som skapes mellom intervjuer og informant. Men med tanke på at informantene var tidligere praksislærere hadde hvert fall én av oss allerede et godt tillitsforhold til vedkommende, og ingen av oss observerte underveis i intervjuet at informanten var ukomfortabel. Informantene var også komfortabel med at vi brukte lydopptaker, noe som vi har nevnt tidligere at vi bekreftet helt i starten av intervjuet. I intervjuet kunne vi være aktive lyttere, da vi brukte lydopptaker. Løkken og Søbstad (2017, s. 104) sier at hvis man viser at man lytter, inngir det tillit hos den som snakker.

5.0 Presentasjon av datamaterialet

I dette kapittelet vil vi presentere og belyse våre empiriske resultater fra spørreundersøkelsen og intervjuene. Kapittelet er delt inn i to hovedkategorier: “5.1 Spørreundersøkelse” og “5.2 Intervju”, med underkategori “Barns livsmestring i natur” og “Barns tilhørighet til natur”. Resultatene som er valgt ut er relevante for vår problemstilling:

I hvilken grad tilrettelegger barnehagepersonalet for barns muligheter til livsmestring i natur, og hvordan påvirker dette barns følelse av tilhørighet til naturen?

5.1 Spørreundersøkelse av ansatte i barnehagen

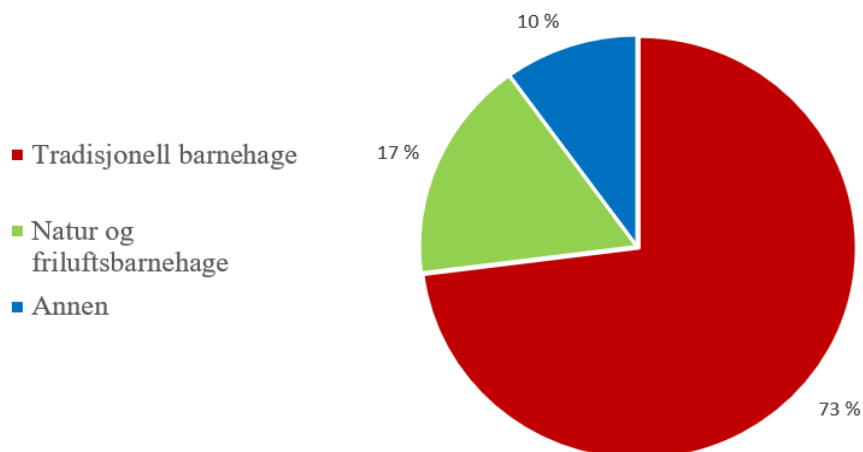
Vi har samlet inn større mengder informasjon fra ansatte i barnehager over hele landet. Resultatene blir presentert i grafisk sektordiagram, slik at funnene blir strukturerte og tydelig fremstilt. Spørsmålene som er valgt ut er nøye gjennomtenkt, da funnene kan gi et godt resultat på vår problemstilling. Det var 230 av 374 personer som fullførte spørreundersøkelsen vår.

Sektordiagrammene viser respondentenes svar i antall personer eller i prosent.

5.1.1 Barns livsmestring i natur

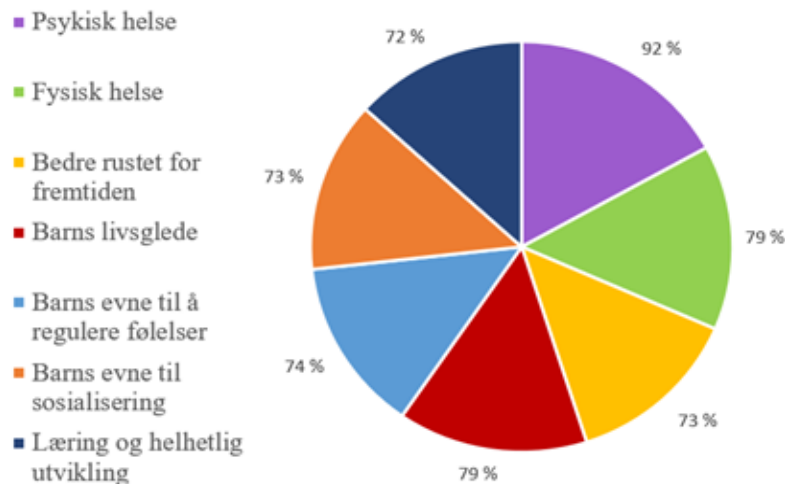
Hvilken type barnehage jobber du i?

17% svarer at de arbeider i natur og friluftsbarnhage, mens til sammen 83% svarte at de jobber i tradisjonelle barnehager eller annen tema barnehage.



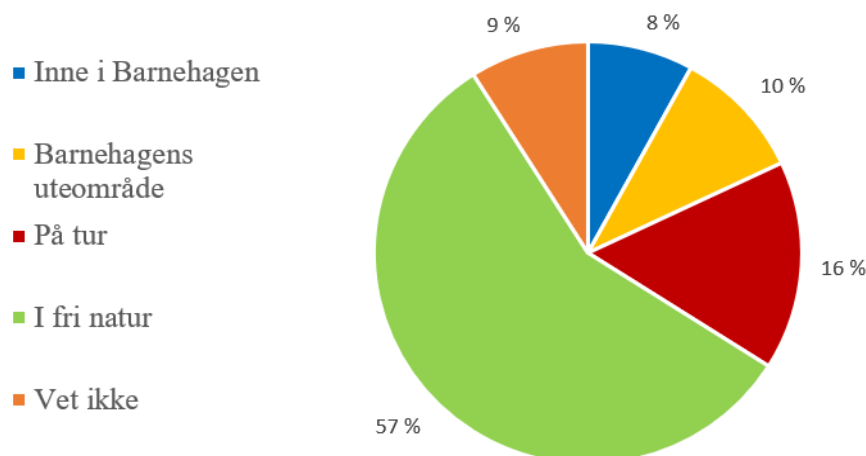
Kryss av hva “barns livsmestring” betyr for deg?

Her var det mulig for respondentene å krysse av på flere alternativer, og hver brøkdelt viser hvor mange prosent som har krysset av på dét alternativet. Det er jevnt mellom kategoriene, som viser at begrepet barns livsmestring rommer mye. En liten forskjell er flertallet med 92% har svart at psykisk helse har betydning for barns livsmestring. Fysisk helse og barns livsglede har 79% og ligger litt høyere enn resten av kategoriene.



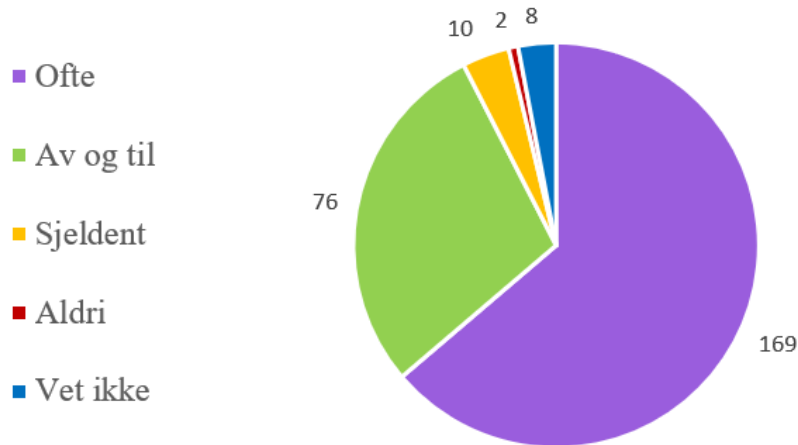
Hvor synes du barn i barnehagen opplever mest muligheter til livsmestring?

Kategorien “i fri natur” svarte 57%, som er det høyeste resultatet av de ulike svaralternativ. 16% syntes at “på tur” er den plassen barn opplevde mest muligheter til livsmestring. “Inne i barnehagen”, “barnehagens uteområde” og “vet ikke” var kategorier som ble minoriteter.



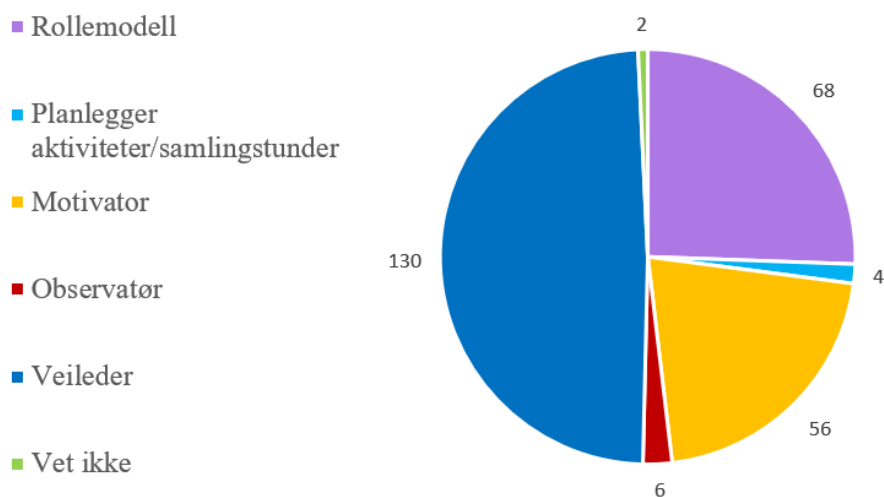
Hvor ofte arbeider du med barns livsmestring i natur?

Til sammen har 265 personer svart på spørsmålet. Majoriteten med 169 personer svarte at de arbeider aktivt med barns livsmestring i naturen. 76 personer svarte at de arbeider “av og til”. Kategoriene som har mindre prosentandel har svart at de arbeider “sjeldent”, “aldri” eller “vet ikke”.



Kryss av hvilken rolle du kjenner deg best igjen i, i ditt arbeid med barns livsmestring.

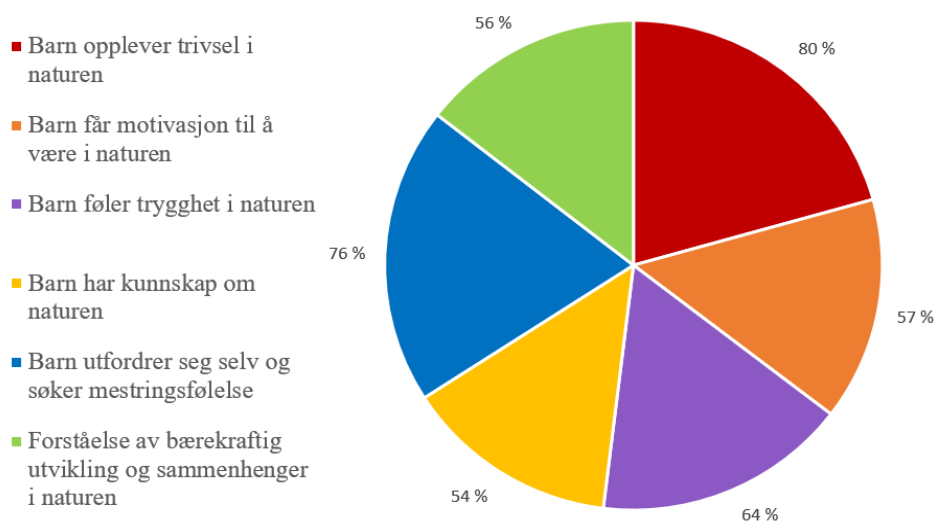
266 personer svarte på spørsmålet. Rollen som veileder har hele 130 personer svart at de kjenner seg best igjen i. Rollemodell og motivator har over 50 personer, og blir også kategorier som flertallet kjenner seg igjen i når de arbeider med barns livsmestring.



5.1.2 Barns tilhørighet til natur

Hva betyr “barns tilhørighet til natur” for deg?

Her var det også mulig for respondentene å krysse av på flere av alternativene, og hver brøkdel viser hvor mange prosent som har krysset av på dét alternativet. Det høyeste resultatet med 80% mener “at barn opplever trivsel i naturen”. “At barn utfordrer seg selv og søker mestringsfølelse” og “at barn føler trygghet i naturen” har også en høy andel svar fra respondentene.



Åpne spørsmål

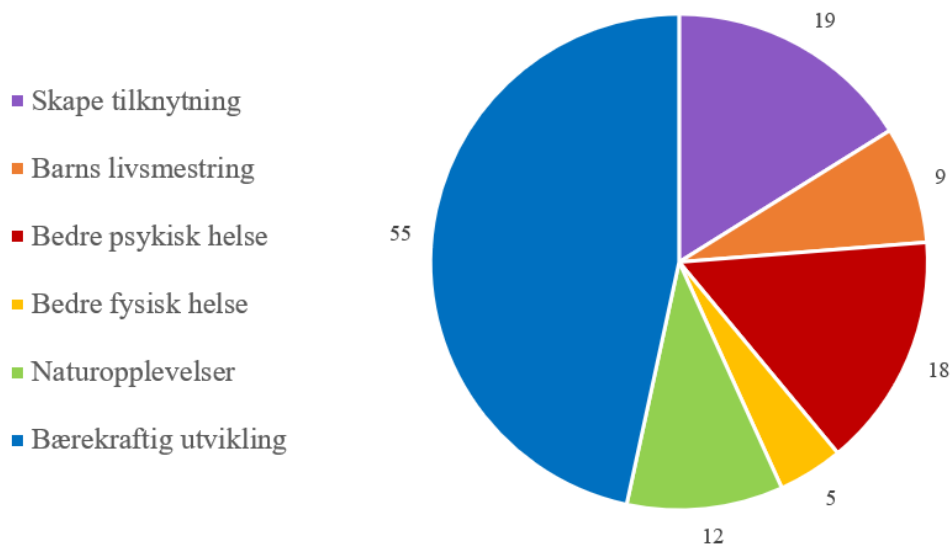
Vi analyserte begge de åpne spørsmålene fra spørreundersøkelsen ved å klassifisere svarene til respondentene i ulike kategorier. Kategoriene er laget ut ifra hva svarene inneholder, der en respondent kan ha nevnt flere kategorier i sin besvarelse. Ved å analysere disse spørsmålene fikk vi et større perspektiv på respondentenes tanker og erfaringer.

Åpent spørsmål 1:

Kan du skrive hvorfor det er viktig at barn får følelse av tilhørighet til naturen?

Sektordiagrammet viser de ulike kategoriene med antall personer. 100 personer svarte på det første åpne spørsmålet, mens 72 personer svarte på det andre åpne spørsmålet.

Vi kunne se at hele 55 av 100 personer nevnte bærekraftig utvikling i sin besvarelse. Skape tilknytning og bedre psykisk helse er også kategorier flertallet har nevnt i sin besvarelse.



Nedenfor har vi valgt ut to av respondentenes skriftlige besvarelser fra det første åpne spørsmålet i spørreundersøkelsen. Problemstillingen inneholder flere aspekter som skal undersøkes. Derfor ble følgende forskningsspørsmål formulert på denne måten: Hvorfor er det viktig at barn får følelse av tilhørighet til naturen?

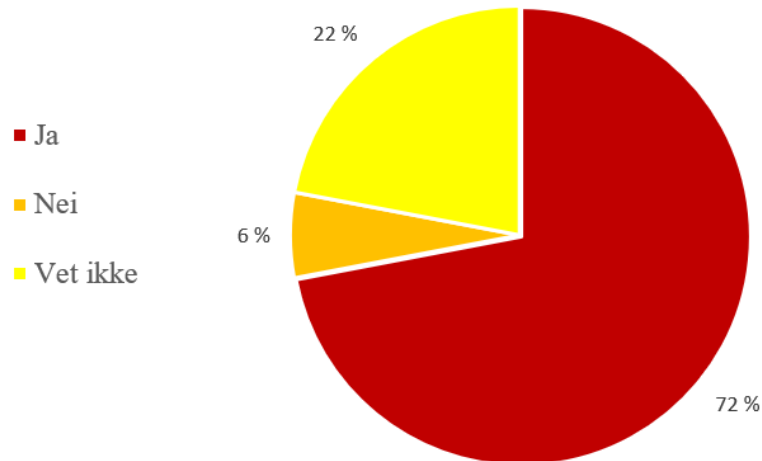
Flertallet mener at for å styrke følelsen av tilhørighet til natur må man lære å ta vare på naturen og oppleve den. Dette er noe vi ser gjentar seg i besvarelsene. Respondentene definerer det slik:

“Vi skal lære å ta vare på og leve i takt med naturen rundt oss. Den vil alltid være grunnlaget for at vi lever. Det er helsefremmende for mennesker å være ute i friluft både for fysisk utfoldelse og mental balanse. Jeg mener at naturen gir rom for utforskning som ligger naturlig for mennesker og spesielt barna, og det er større rom for utfoldelse og barna får flere mestringsopplevelser som vil gi styrket selvbilde”.

“Får man tilhørighet til naturen tar man vare på den. Naturopplevelser du opplever som barn har du alltid med deg. Hvis du tenker tilbake på din egen barndom, er det uteaktivitetene du husker best. Naturen utfordrer, men tilrettelegger også, du kan klatre i et tre på utallige måter. Vær, temperatur, årstid – alt forandrer seg, så ingen dag i naturen er lik.”

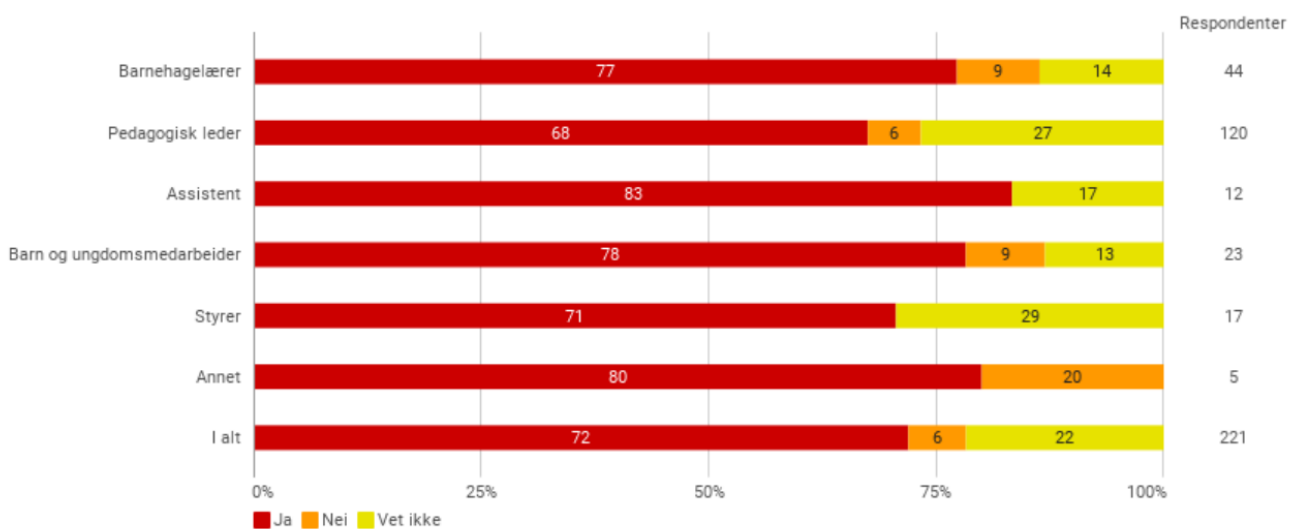
Tenker du at barns livsmestring i naturen påvirker barns følelse av tilhørighet til naturen?

72% svarte “ja”, mens 22% svarte “vet ikke”.



I tabellen nedenfor kan vi se hvilke arbeidstittel respondentene har og hva de har svart. Vi kan se at det er flest pedagogiske ledere og styrere som har svart “vet ikke”.

Dette har vi valgt å ta med for å belyse refleksjonen som barnehagepersonell har rundt begrepet barns livsmestring og hvorvidt om barnehagene har aktivt implementert begrepet i det pedagogiske arbeidet.



Åpent spørsmål 2:

De som svarte “ja” på forrige spørsmål ble sendt videre til oppfølgingsspørsmålet nedenfor.

Hvis ja, hvordan føler du at barns livsmestring påvirker barns følelse av tilhørighet til naturen?

Vi har valgt ut to svar fra respondentene som viser ulike perspektiver på sammenhengen mellom barns livsmestring og barns følelse av tilhørighet. Respondentene definerer det slik:

“Livsmestring handler i stor grad om tilhørighet til et fellesskap, til noe godt. Hvis det er i naturen barna opplever aksept, glede og mestring utvikles det en naturlig tilhørighet der. Da vil barna søke opp naturen når de ønsker å føle seg bra”.

“Livsmestring handler om å føle seg vel, og være i kjennskap med egne følelser. Og hvordan barna føler seg i naturen kan ha store utslag for videre psykiske helse. Om de trives godt i naturen kan dette bli en arena hvor de kan utvikle sin resiliens, og ikke minst utvikle andre gode ferdigheter og kompetanse de er tjent med i fremtiden.”

En annen respondent uttrykker at trygghet og naturopplevelser i naturen også er en påvirkningskraft mellom barns livsmestring og barns følelse av tilhørighet. Det ble formulert slik:

“Jeg forbinder livsmestring med det å føle seg trygg. For å føle en tilhørighet må man også føle seg trygg i omgivelsene (naturen). Jeg mener også at naturen er den beste lekeplassen, så jeg prøver å tilrettelegge for gode opplevelser i naturen så ofte som mulig. Den byr på utfordringer og mestringsmuligheter for alle. Den byr også på variasjon etter årstid og vær og derfor mange forskjellige sanseopplevelser og muligheter for utforskning.”

5.2 Intervju av barnehagelærere i barnehagen

I våre to kvalitative intervju, stilte vi informantene 6 hovedspørsmål. Etter hvert som de svarte, stilte vi relevante oppfølgingsspørsmål.

5.2.1 Barns livsmestring i natur

De første 3 spørsmålene i intervjuguiden vår handlet om livsmestring: Hva begrepet barns livsmestring betydde for de, hvordan de arbeidet med begrepet i praksis og om de opplevde at de hadde nok kunnskap og kompetanse til å jobbe med begrepet.

Begge informantene fortalte at barns livsmestring betyr at barna skal klare å mestre livets oppturer og nedture. At de skal utfordre seg selv og våge å prøve. At de får nok erfaringer til å kunne ta vare på seg selv i fremtiden og i tillegg klare å forholde seg til regler og rutiner. Informantene var samkjørt i sine meninger om at naturen gir bedre muligheter til barns livsmestring enn innenfor barnehagens fire vegger. Informant B uttrykte det slik: *“Det å fremme en aktiv og positiv livsstil i trygge omgivelser ute i naturen, gi barna god omsorg og veilede i utfordringer påstår jeg at vi ruster barna bedre for skolen og livet videre.”*

I spørsmålet om hvordan informantene arbeider og tilrettelegger for barns livsmestring i naturen, kom det frem at begge informantene prøver å oppsøke varierte naturmiljø. Informantene var også fleksibel i sitt arbeid og planla sjeldent spesifikke opplegg knyttet til barns livsmestring. Begge mente at opplevelsen av å være i naturmiljø ville på en naturlig måte tilrettelegge for barns livsmestring. Informantene gikk også i ulike retninger etter hvert i sine besvarelser:

Informant A: *“Det er en vekselvirkning mellom det å pushe barna slik at de utfordrer seg selv og tør å prøve, og det å se grensene til barna og vite når barnet virkelig ikke tør. Alle kan mestre noe, men de mestrer kanskje ikke det samme. Det handler om å ikke sammenligne barna, men heller tilrettelegge for at hvert enkelt barn skal få utfordringer på sitt nivå.”*

Informant B: *“Det er viktig at vi voksne er tilstede, være observante og spesielt følge med på de litt vonde opplevelsene. Det er noe med å være tett på, vise omsorg og kjenne barna godt nok til å kunne gi den rette omsorgen. Jeg er opptatt av at barna skal oppleve få avbrudd i dagen, lite overgangssituasjoner, men masse tid ute i skogen. At barna får være med å sette mål for turene, tror jeg er med på at de kjenner på livsmestring i praksis.”*

Innenfor begrepet barns livsmestring uttrykte begge informantene viktigheten av å anerkjenne barnas erfaringer og følelser. Til informant A spurte vi om hvilke roller de voksne tar i arbeidet med barns livsmestring. Svaret var at personalet er både støttespillere, motivatorer og veiledere. En skal oppmuntre barna slik at de tør å utfordre seg selv. Informanten forteller videre at kommunikasjonen mellom barn og voksen i naturen er kjempeviktig. Å anerkjenne og gi oppmuntrende tilbakemeldinger på det barnet gjør og forteller. Informant B forteller at de har ulike barnebøker om følelser og at det er et tema som ofte blir tatt opp med barna i både spontane og formelle situasjoner. Videre forteller informanten om å være aktivt reflekterende i sin rolle, kunne lese og se både barnet og situasjonen.

“Vi har hatt barn som har sittet fast i en liten klatrevegg og nesten fått panikk. Det enkleste er jo å bare løfte barnet ned, men det velger vi å ikke gjøre. Da står vi gjerne bak barnet og har hånden på ryggen deres, slik at barnet kjenner en trygghet. Vi snakker med barnet for å veilede det gjennom situasjonen. Barnet roer seg og klarer å klatre ned selv.”

Vi ønsket å spørre begge informantene om de opplever i sin barnehage at de voksne har nok kunnskap og kompetanse til å arbeide med begrepet i sin praksis. Informant B svarte:

“Nei, nei og nei. Jeg synes det er et veldig viktig og aktuelt begrep. Vi har omtrent ingenting om det. Kunne tenkt meg litteratur, inspirasjon og tilbud til kurs om temaet.”

5.2.2 Barns tilhørighet til natur

To av de siste tre spørsmålene i intervjuguiden vår handlet om barns følelse av tilhørighet til natur. Hva barns følelse av tilhørighet betyr for dem og hvordan de arbeider med dette i sin praksis.

Informantene uttrykker at naturen er et sted barna bør oppleve og bli glad i, slik at de kan ta vare på den. Begge nevner også at barns følelse av tilhørighet til naturen har positive effekter på barns fysiske og psykiske helse. Informant A beskriver det slik:

“Tror det er viktig at de lærer seg å bli glad i naturen. Naturen har på en måte så mange positive effekter på oss, at man opplever at det er et godt sted å være. Sånn at man har lyst å være der og vil ta vare på det. Barn trenger et sted hvor de kan få variasjon. Naturen gjør jo at de hele tiden får noe nytt de kan prøve seg på, noe de kan erfare.”

Informant B mener at barns følelse av tilhørighet til natur kan beskrives på to ulike plan - Barnet selv og på samfunnsplanet. Hos barnet selv trekker informanten inn både kulturarv og tradisjon. *“Det er viktig for barnet selv, fordi jeg vet hvor viktig det kan være senere i livet. Naturen er en arena for aktivitet, rekreasjon, avslapning, avstressing, men óg faktisk i krise”*. På samfunnsplanet beskrev informanten de globale utfordringene vi har i dag i forhold til klimaendringer. For informanten er det viktig at barn får følelse av tilhørighet til natur for å fremme barnets respekt og kjærlighet for naturen. En positiv effekt av dette kan redde mye av naturen vi er i ferd med å miste.

Vi spurte informantene om hvordan en kan arbeide med barns følelse av tilhørighet i naturen. Begge informantene nevner at de har faste steder i skogsmiljø hvor de drar til når de skal oppholde seg i naturen. De prøver også å variere ved å oppsøke andre typer naturmiljø. Videre bruker begge informantene arbeidsmåter innenfor temaene småkryp og generelt dyreliv. Da får barna utforske landskapet og undre seg over de ulike insektene og dyrene som finnes der. Dette gjør at de også får kjennskap til sammenhenger i økosystemet vårt gjennom gode samtaler og i formelle samlingsstunder. Informant A forteller at de har et terrarium de bruker til å studere småkryp og barna lærer da ta vare på dem. Dette fremmer gode verdier og holdninger. Informanten legger til at engasjementet og deltakelsen til de voksne har mye å si for om barna synes det er spennende eller ikke. Informantene var opptatt av ressursbruk. I begge barnehagene drev de med dyrking av ulike planter og grønnsaker. Barna lærer hva plantene trenger for å gro og det gir en ansvarsfølelse som motiverer barnet til å passe på og gi omsorg.

Det siste spørsmålet stammer fra datamaterialet vårt fra spørreundersøkelsen. Over halvparten av respondentene trakk bærekraftig utvikling inn i sine besvarelser på spørsmålet om hvorfor det er viktig at barn utvikler denne tilhørigheten til natur. Vi ønsket å finne ut om våre informanter var enig i dette funnet og valgte derfor å ta med spørsmålet i vår intervjuguide.

Informantene har i begge sine barnehager vært med på prosjekter om å rydde både plast og boss i naturen. Informantene erfarer også at barna er opptatt av å fjerne boss og avfall fordi barna ønsker å hjelpe naturen og dyrene. Informant A forteller om hvordan de tar med seg temaet inn i barnehagen. I stedet for å ha et typisk karneval i februar, har de planlagt og gjennomført en Redd-Planeten fest som var til stor begeistring for både barn, ansatte og foreldre. I flere uker i forveien var barna med på forberedelsene hvor de lagde både egne kostymer og pynt av gjenbruksmateriale, som for eksempel papir og emballasje. Informant B

ser en klar sammenheng mellom barns følelse av tilhørighet til natur og bærekraftig utvikling. Informanten uttrykker det slik: *“Helt klart. Om du opplever tilhørighet så ligger det så nært. Har du ikke tilhørighet til noe og alt er fremmed, blir det vanskelig å engasjere seg til å ta vare på det”*.

På slutten av intervjuet med informant B, hadde vi tid til overs for noen eventuelle oppfølgingsspørsmål. Det første spørsmålet som ble stilt tok utgangspunkt i at informanten hadde tidligere nevnt Circle of security. *“Kan trygghetssirkelen overføres til naturen - at naturen i fremtiden kan bli den trygge basen for barna når de blir eldre?”*. Informanten forteller:

“Ja, jeg tenker jo på meg selv med én gang. Jeg har vært i livssituasjoner der jeg har automatisk søkt til naturen. Spesielt bare vandre og gå tur i skog og koble av. Som voksen kan jeg ikke gå til mine foreldre og då er det greit å ha et annet sted å gå. Og hva er bedre enn det? At naturen presenterer en sånn trygghet. Jeg har nok brukt den selv uten at jeg har tenkt på det”.

Det andre oppfølgingsspørsmålet var: *“Opplever du at barna deres kjenner på mindre stress på skolen enn barn fra tradisjonelle barnehager?”* Informanten forteller:

“Ja, jeg har gjort meg tanker rundt det. I naturen finnes det ikke noen lov på læringsverdiene. Du opplever sansestimuli deluxe å være ute i varierende miljø. Barna er vant til å bevege seg og klarer å ta det ut i friminuttene, og da har de kapasitet til å sitte stille og følge med. Vi øver på det i barnehagen også både i måltidssituasjoner og i samlingsstunder. Å være rolig inne og å være aktiv ute. Men å klandre naturen? Ja, jeg vil si ja”.

6.0 Drøfting og konklusjon

I dette kapittelet drøfter vi resultatene som blir fremstilt i kapittel “5.0 Presentasjon av datamateriale” sammen med teorien som er presentert i kapittel “3.0 Teori”, i tillegg til våre egne tolkninger. Kapittelet er delt inn i tre hovedkategorier, til slutt konkluderer vi med hovedfunnene og resultatene fra drøftingen. Vi har valgt å drøfte empirien som er mest relevant for vår problemstilling, slik at funnene blir belyst på best mulig måte.

6.1 Barns livsmestring i natur

Ut fra problemstillingen ønsket vi først å undersøke hva barnehagepersonell legger i begrepet barns livsmestring. I kapittel 5.0 presenterer vi blant annet et diagram som viser respondentenes svar. Da det er nokså jevnt fordelt på svaralternativene, i tillegg til at informantene svarte veldig bredt på spørsmålet i intervjuene, kan det tyde på at barns livsmestring handler om så mangt. I likhet med tilbakemeldingene vi nevner i kapittel 4.7, kan det indikere at barnehagepersonell innehar ulike syn på begrepet. På en annen side kan det tyde på at begrepet er for løst nevnt i styringsdokumentene og dermed en utfordring for barnehagene å implementere begrepet i sitt arbeid. Dette drøfter vi videre senere i kapittelet. Slik vi tolker respondentenes og informantenes uttalelser, ser vi at barns livsmestring i hovedtrekk omhandler å tilegne seg ressurser til å mestre både medgang og motgang, utfordre seg selv og utvikle en robusthet til å håndtere livets uforutsigbarhet i fremtiden. Hovedtrekkene ligger i nær tilknytning til definisjonen som Landsrådet for Norges barne- og ungdomsorganisasjoner (2017, s. 5) har.

I og med at 73% av respondentene arbeider i en tradisjonell barnehage og 57% mener at “i fri natur” opplever barn mest muligheter til livsmestring, kan det tyde på at naturen er noe de verdsetter i deres arbeid med livsmestring. I tradisjonelle barnehager er ikke bruk av natur like gitt, som i natur- og friluftsbarnhager. Det kan for eksempel være barnehager som ligger i urbane miljø. I samsvar med begge informantene, kan det dermed antydes at naturen gir bedre muligheter til barns livsmestring enn innenfor barnehagens fire vegger. Bjørndal og Bergan (2020, s. 45) sier at livet er uforutsigbart, det vil ta oss gjennom mange utfordringer og vår livskvalitet blir påvirket av hvordan vi forholder oss til disse utfordringene. Ved å studere naturens særtrekk, ser vi likheter mellom naturen og livet. Slik som livet, byr naturen på mangfoldige utfordringer og den er uforutsigbar. Naturen endrer seg i takt med årstider, vær eller menneskelig påvirkning. En respondent sin uttalelse om at “naturen er en arena hvor

barn kan øve seg på det uforutsigbare som livet videre vil by på”, støtter våre tanker. Informant B mener at det handler om å se verdien av å oppsøke andre naturelement og gi barna erfaringer med at ting kan endre seg. I samsvar med K.-A. Jørgensen (2015, s. 205-206), kan dette indikere at naturen er et sted som byr på varierte natur- og sanseopplevelser, mestringsmuligheter og utfordringer. I likhet med livet, må barna takle naturens utfordringer og mestre de på sitt eget nivå (Trangsrud et al., 2020, referert i Krempig, 2020, s. 246). Sammenlignet med Krempig (2020, s. 242) sin uttalelse om at naturen gir et annet grunnlag for bevegelse og kroppslig utfordring enn andre miljøer, kan det anslås at naturen igjen trumfer barnehagens eget område. Vi har sett at naturen stadig utfordrer barna, som ved for eksempel regnvåte klatreberg eller tung snø som kan holde de igjen. Barna kan da oppleve motstand eller nederlag, noe som kan påvirke deres utvikling av robusthet, motstandsressurser og motstandskraft. Sammen med det en respondent påstår, tolker vi at barnets selvfølelse og selvtillit har mye å si for om de klarer å mestre utfordringene naturen sender deres vei, og at ved positivt resultat kan det igjen føre til ytterligere livsmestring i naturen.

Fra innhentet datamateriale, så vi at barns livsmestring i stor grad er et fremtidsrettet begrep. For eksempel beskrev informant B at “det å fremme en aktiv og positiv livsstil i trygge omgivelser i naturen, gi barna god omsorg og veilede i utfordringer, påstår jeg at vi ruste barna for skolen og livet videre”. Dette er i samsvar med Helse- og omsorgsdepartementets (2003, s. 3) beskrivelse om god forebygging av barns helse allerede i barnehageårene vil hjelpe barnet til å håndtere livet i fremtiden. I tillegg til det rammeplanen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11) sier om at barnehagen skal være en helsefremmende og forebyggende funksjon, tyder dette i stor grad på at barnehageårene legger grunnlaget for barnas fungering senere i livet. En respondent beskriver følgende:

Jeg tror at i et langsiktig folkehelseperspektiv, er opphold i naturen forebyggende for fysisk og psykisk helse. Grunnlaget legges i tidlig alder og blir mer og mer viktig i en tid der sosiale medier og “inaktivitet” er et faktum. Naturen er et lavterskeltilbud som alle kan benytte seg av!

Fra det vi har observert av dagens barn i praksis, ser vi at det er en stor forskjell på deres barndom i forhold til for eksempel barndommen på 90-tallet. Det er mer innesitting og bruk av digitale underholdningsformer, i tillegg til mindre bruk av naturen til kroppslig lek og bevegelse. Krempig (2020, s. 238) indikerer i samsvar med Ibsens dikt, at opphold i naturen både er bra for den mentale, psykiske og fysiske helsen, og er viktig i det forebyggende

arbeidet, som respondenten sier. Siden barnehagen er det stedet barnet lærer mest om livet som leves (Kringlebotn, 2018, s. 71), vil det ikke da være naturlig å starte forebyggingen av god helse og livsmestring i barnehageårene, og bruke naturen til akkurat dette? Det tenker hvert fall vi når dårlig psykisk helse blant annet medfører enorme kostnader for samfunnet og øker risikoen for at barna ikke blir bidragsyttere (Helse- og omsorgsdepartementet, 2003, s. 3). Dette spesielt siden rammeplanen spesifikt sier at gode vaner tar form i tidlig alder og kan vare livet ut (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 49). Alt i alt kan det tyde på at naturen gir barna positive erfaringer, kunnskaper og ressurser de får bruk for i fremtiden.

Hvordan barnehagepersonell faktisk arbeider og tilrettelegger for barns muligheter til livsmestring, var ikke like enkelt for noen av respondentene og informantene å definere, til tross for at 169 av 265 respondenter mener de arbeider "ofte" med barns livsmestring. I likhet med at begrepet er kryptisk nevnt i rammeplanen og det at informantene sier at barnehagene ikke tilbyr kurs/bøker, kan det tyde på at barnehagepersonell ikke har nok informasjon å gå ut ifra for å kunne arbeide spesifikt med barns livsmestring. I spørreundersøkelsen var det styrere og pedagogiske ledere som hadde størst prosentandel på at de ikke vet om barns livsmestring i naturen påvirker barns følelse av tilhørighet til natur. Dette forstår vi som at det er usikkerhet rundt temaet og at de er mer reflekterte over begrepet. Rammeplanen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15) sier at de voksne har et ansvar å oppdatere seg faglig, men beskriver ikke hvordan man kan arbeide med barns livsmestring. I samsvar med Kringlebotn (2018, s. 64) viser dette til et aldri så lite paradoks. Men på en annen side beskriver informant B, at barns livsmestring kan ses i alt arbeid barnehagepersonell utfører i barnehagen og er kjernen i det helhetlige pedagogiske arbeidet, som også er nær knyttet til hvordan informant A arbeider med begrepet i sin barnehage.

Med tanke på naturens fordeler i tidligere avsnitt, kan det antydes at barnehagepersonell absolutt burde legge til rette for barns livsmestring i naturen. I tillegg mener en respondent at naturen gjør det lettere for pedagoger å tilrettelegge for alle barnas positive og personlige vekst. Vår forståelse av uttalelser fra både respondentene og informantene, er at barns livsmestring er avhengig av gode relasjoner, som Drugli og Lekhal (2018, s. 28) støtter seg til. Informant A mener, i samsvar med Wubbels et al. (2015, referert i Størksen, 2018, s. 180), at gode relasjoner kan oppnås når den voksne er deltakende, tilstedeværende og anerkjennende i aktiviteter med barna, og ikke minst deler gleden barnet får ved mestring. Sammen med trygg tilknytning (Drugli & Lekhal, 2018, s. 116), kan det indikere at barnehagepersonell som er gode rollemodeller vil med sin støtte og anerkjennelse skape gode relasjoner med barna.

Informant B refererer til en historie om et barn som sitter fast i en klatrevegg og får panikk. Det informanten og sin avdeling velger å gjøre i slike situasjoner, viser til viktigheten av den voksne sin rolle til å se barnet, anerkjenne dets følelser og være en trygg støttespiller innenfor barns livsmestring, slik som Nadina og Anita (2020, s. 43) også beskriver. Videre nevner informanten at de bruker *trygghetssirkelen* i nettopp slike situasjoner. Flere respondenter mener at den voksne sine ulike roller har stor betydning for barns livsmestring, spesielt veileder og motivator, som også informant A nevner. I denne sammenhengen har vi valgt å bruke *dynamisk ferdighetssyn* for motivator-rollen. Slik vi ser det, erfarer barn et mangfold av ulike opplevelser, de utforsker seg selv og “rommet” de er i, som igjen skaper forskjellige situasjoner som barnehagepersonell må tolke og bestemme hvilken rolle som trengs. Carson og Birkeland (2019, s. 12) mener veilederrollen kan være en viktig arbeidsmåte for å bevisstgjøre barna på egne tanker og følelser, som er i nær tilknytning til det informant B beskriver i sin historie. Sammen med det dynamiske ferdighetssynet (Lundhaug, 2013, s. 102-103), kan det tyde på at veiledning og motivasjon fremmer barnas selvtillit til å prøve seg på utfordringer, uansett om det virker skummelt, som informant A også mener. Dette kan knyttes videre til sammenhengen mellom barns livsmestring og barns følelse av tilhørighet til natur, slik som en respondent forklarer: “Den voksnes rolle som tilrettelegger, veileder og støttespiller mener jeg er avgjørende for at barns livsmestring skal påvirke deres tilhørighet til natur”.

6.2 Barns tilhørighet til natur

I spørreundersøkelsen svarte 72% “ja” på at de mente barns livsmestring i natur kan påvirke barns følelse av tilhørighet til natur. En av respondentene som svarte “ja”, skrev når barn opplever blant annet mestringsfølelse og evnen til å kunne roe ned en kaotisk situasjon, vil barna erfare dette som positivt - ved at barnet erfarer dette i naturen styrkes de positive opplevelsene og dermed påvirker dette barnets følelse av tilhørighet til naturen. I likhet med informant A sin uttalelse om de positive effektene naturen har på oss, kan det antydes at bruk av naturen i arbeidet med barns livsmestring vil kunne styrke barns følelse av tilhørighet til naturen. På en annen side var det 22% som svarte “vet ikke”, og 6% som svarte “nei”. Dette peker på det vi har nevnt i kapittel 6.1, hvor barnehagepersonalet opplever at de ikke har nok tilbud til verken teoretisk litteratur eller kurs om begrepet barns livsmestring i sin arbeidspraksis. Dermed kan dette påvirke barnehagepersonalets syn på sammenhengen mellom barns livsmestring og barns følelse av tilhørighet til naturen.

I spørreundersøkelsen var det jevnt fordelt på svaralternativene på spørsmålet om hva barns følelse av tilhørighet betydde. I likhet med barns livsmestring, ser vi at barns følelse av tilhørighet til natur bygges opp av barnas opplevelse av trivsel, trygghet og mestring. En respondent skrev for å føle tilhørighet må man også føle seg trygg i omgivelsene. Naturen er den beste lekeplassen som byr på utfordringer og mestringsmuligheter for alle - både psykisk og fysisk. Videre skrev respondenten at naturen varierer etter årstid og vær slik at den inviterer til varierte naturopplevelser for barna. Sett i lys av Krempig (2020, s. 238) sin påstand om hvordan kontakt med naturen kan gi positiv påvirkning på fysisk og psykisk helse, tør vi påstå at når barnehagepersonalet tilrettelegger for barns livsmestring i natur, tilrettelegger de samtidig for barns følelse av tilhørighet til natur. På en side kan vi se at begrepene står i et gjensidighetsforhold til hverandre. Om barnet opplever mestring i natur kan det forsterke barnets følelse av tilhørighet til naturen. Opplever barnet tilhørighet til natur kan barnet blant annet være trygg nok til å utfordre seg selv i naturen for å forsøke å mestre noe det ikke har mestret før. På en annen side kan begrepene også oppleves av barnet uavhengig av hverandre.

I kapittel 3.1 nevner vi begrepet “villmarksterapi”. Natur brukes som et terapeutisk verktøy for å hjelpe ungdom med dårlig psykisk helse. Dette kan vise betydningen av å bli kjent med natur i tidlig alder. Informant B hadde selv vært med på slike prosjekter, hvor voksne ble tatt med ut i naturen hvor behandlingen skulle foregå. Får barn muligheten til å skape en god tilhørighet til natur, mener vi det vil styrke barnehagens intensjon om å være en forebyggende og helsefremmende institusjon. På lik linje som barns livsmestring, erfarer vi at barns tilhørighet kan være fremtidsrettet. I intervjuet nevnte informanten det populære pedagogiske verktøyet “trygghetssirkelen”. Dette førte til ettertanke om muligheten til at barnet etter hvert som det blir eldre, kan oppleve naturen som den trygge havnen. I likhet med hva Sandgrind (2017) beskriver, kan det indikere at naturen kan bli barnets fremtidige ladestasjon. I livssituasjoner dro informanten automatisk til naturen for å vandre og koble av, og beskrev følgende: “Naturen er en arena for aktivitet, rekreasjon, avslapning, avstressing, men óg faktisk i krise”. Ifølge dette mener vi at etter hvert som barnet blir eldre, kan det vende tilbake til naturen for å oppleve trygghet og avkobling, og bruke naturen som terapi. På en annen side, kan tilstanden “naturunderskuddsforstyrrelse” oppstå hos barnet ved manglende tilhørighet og naturkontakt. Naturen kan forbli fremmed og barnet får ikke opplevelsen av trygghet og tilhørighet til naturen. I samsvar med Hågar (2014, s. 6) sin påstand kan det dermed antydes at ved kontakt med naturen kan man oppleve ny energi og nytt mentalt

overskudd. Alt i alt kan det peke på at om barn får tilhørighet til naturen allerede i barnehagealder, kan det være med på å forebygge eventuelle livsstilssykdommer i tillegg til at barnet kan bruke naturen som den trygge havnen videre i livet.

I forhold til at 55 ut av 100 respondenter nevnte bærekraftig utvikling i sine svar i spørreundersøkelsen tyder det på at det er en sammenheng mellom barns følelse av tilhørighet til naturen og bærekraftig utvikling. En respondent skrev: “Blir barna glad i å være i naturen, er det større sjanse for at de tar godt vare på den i framtiden”, som er i nær tilknytning til det Bergan og Bjørndal (2019, s. 34) hevder. Informant B knyttet det til dagens klimautfordringer og mente at dersom barn får følelse av tilhørighet til naturen, kan det være avgjørende i arbeidet for en bærekraftig fremtid. Dette er nærliggende med hva som står i rammeplanen hvor barnehagen skal bidra til at barna forstår at dagens handlinger har konsekvenser for framtiden (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 10). Dermed kan det antas at grunnmuren for barns forståelse for bærekraftig utvikling legges allerede i barnehagealder. En respondent skrev: “Vi ER en del av naturen. Håpet er at med en god tilhørighet til naturen, lærer barna å ta vare på den og tar miljøkloke valg senere i livet”.

6.3 Bærekraftig utvikling

Bærekraftstrappen

Vi mener bærekraftstrappen kan brukes som et didaktisk verktøy for å støtte opp barnehagepersonalets tilrettelegging av barns livsmestring og tilhørighet til naturen. Vi skal drøfte teorien opp mot informantenes og respondentenes svar i de ulike trinnene i bærekraftstrappen. Dette ønsker vi å gjøre for å vise sammenhengen mellom barns livsmestring, barns følelse av tilhørighet til natur og bærekraftig utvikling.

Trinn 1 - Erfare

For at barn skal kunne erfare naturen må de først oppholde seg i den for å bli trygg. Respondentene var samsvarte i at trygghet i naturen er essensielt for å oppnå gode naturopplevelser og trivsel i naturen. I tillegg mener flere av respondentene at barna også er avhengig av samspillet mellom andre barn, og voksnes støtte og veiledning i naturen. Vi ser at dette kan være grunnleggende for at barna skal kunne utvikle seg på de forskjellige trinnene i bærekraftstrappen. En av respondentene skriver at barna må få oppleve naturen sammen med jevnaldrende, da dette fører til gode fellesopplevelser som fremmer glede, nysgjerrighet og

interesse for en fremtid i naturen. Vi er enig i denne påstanden da vi kan referere til Rachel Carson som hevder at barns naturopplevelser har innflytelse på utviklingen til barns følelse av undring og begeistring for naturen, i tillegg til å opprettholde følelsene (Heggen & Langholm, 2019, s. 174). Dermed vil barn som ferdes i naturen tilegne seg verdifulle erfaringer, som kan påvirke barns evne til å ta selvstendig valg (Syed, 2019, s. 246). I likhet med det som blir nevnt fra en respondent kan barn bli kjent med seg selv ved å oppleve naturens mangfold og i sosialt felleskap.

Trinn 2 - Oppdage

Barn som observerer, samler inn og undersøker naturen får mulighet til å oppdage naturens mangfold. Heggen og Langholm (2019, s. 169) refererer til Rachel Carson (1956, s. 46) der hun mener hvor viktig det er å undre seg enn det er å få svar på alle spørsmål - For barnet er det viktigere å *føle*, enn å *kunne*. Det å *føle* kan oppleves gjennom sansene, og sammenlignet med det Sageidet (2019, s. 56) skriver, kan det tyde på at naturen er en arena hvor barnas sanser blir stimulert på alle områder. Dette er nærliggende med det Kasin og Langholm (2019, s. 163) mener om at naturopplevelser med sanseintrykk er viktig og nødvendig for mange mennesker i løpet av livet, og kan være en stadig inspirasjon til å ønske å ta vare på naturen. Dermed kan sanseopplevelsene bygge relasjoner til naturens ulike elementer både kognitivt og emosjonelt, slik som Sageidet beskriver (2019, s. 56). En av respondentene skriver at barn oppdager naturen ved å sanse vær og temperaturer da ingen dager er lik, og ved at alt forandrer seg gradvis med årstidene. På en annen side kan kunnskap om naturens biologiske mangfold skapes gjennom samlingsstunder, bøker og samtaler om ulike arter, slik som Informant B gjør. Mens informant A nevner at de bruker terrariet for å observere og undersøke småkryp. Som et resultat av å oppdage naturens mangfold skal vi i trinn 3 se videre på hvordan barn kan utvikle sin forståelse av naturens sammenhenger.

Trinn 3 - Utvikle

Ifølge Sageidet (2019, s. 57) kan minneverdige naturopplevelser gi barna en begynnende forståelse av å være del i naturens nettverk av sammenhenger, og kan fremme utvikling av empati til både mennesker og andre organismer. For å illustrere Sageidets påstand kan vi henvise til Informant A som forteller at de sår frø og prøver å få ting til å spire og gro. På denne måten kan barna lære hva plantene trenger for å gro, og det gir en fellesskapsfølelse når avdelingen samarbeider om plantene. Barn som tar vare på planter eller småkryp kan dermed

oppleve en følelse av solidaritet, respekt og nestekjærlighet for de levende organismene. Spesifikt kan vi si at barnehagepersonalet bør introdusere barn for naturen som et levende system, der de opplever naturens prosesser og sammenhenger. Dersom barna for eksempel får være delaktig i plantenes ivaretagelse, kan barna få innsikt i den skjøre balansen som kreves for å holde planten i livet, noe som kan føre til at barna får erfare både medgang og motgang. På denne måten kan barna oppleve en begynnende forståelse av naturens sammenhenger i en bærekraftig retning.

Trinn 4 - Forstå

Langholm og Heggen (2019, s. 197) mener at barnehagene spiller en viktig rolle for barns kunnskap om ressursforvaltning. For at arbeidet med å redusere forbruket skal nå frem til barna, mener forfatterne at personalet både må handle, reflektere og sette ord på handlingene sine i tilknytning til ressursbruken. Ved at informant B er engasjert og reflektert sammen med barn iblant annet ressursforvaltning og ulike ryddeprosjekt, tyder det på at barna i større grad kan forstå verdigrunnet av de bærekraftige valgene som blir gjort. Vi mener også at dette kan være avgjørende for at barna skal ha et godt forhold til seg selv og naturen for å kunne mestre å redusere sitt forbruk senere i livet, som er i samsvar med det Langholm og Heggen (2019, s. 198) mener. Videre sier informant B at de bruker naturen med respekt, men at de også gir tilbake ved å kompostere og dyrke grønnsaker. Et resultat av dette kan være at barn får en begynnende forståelse av at dagens handlinger har konsekvenser for morgendagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 10). Alt i alt mener vi at barnehagepersonalet bør være bevisst i sin rolle, da de kan ha en stor påvirkningskraft til å gjøre barna miljøbevisste.

Trinn 5 - Handle

Barnehagepersonalet kan gjøre mange aktive handlinger for å fremme barns forståelse for bærekraftig utvikling, slik som Langholm et al. (2017, s. 84) beskriver. Blant annet kan barnehagepersonalet også arbeide med grønne tiltak på barnehagens område. Informant A valgte å gjøre en bærekraftig vri med det typiske karnevalet, ved i stedet arrangere Redd-Planeten fest. Barna fikk medvirke i valg av kostymer laget av gjenbruksmaterialer. Langholm et al. (2017, s. 85) mener at de vanene barna utvikler, er avgjørende for forbruksmønsteret i framtiden. På den måten kan det tenkes at bærekraftige aktiviteter og handlinger vil være med å bidra til barns holdninger og verdier. Derimot kan vi se at en av respondentene mente at barnehager som ikke har mulighet til å ferdes i naturen, oppnår heller

ikke tilhørighet til den. I motsetning til dette utsagnet, fortalte informant A hvordan de bruker naturmaterialer til å leke og dekorere med inne og ute i barnehagen. Maling på steiner og stubber er noen av aktivitetene som blir gjort på de ulike naturmaterialene. Ifølge dette mener vi at overføringsverdien fra naturen kan gjenskapes også på barnehagens områder. Dermed kan barna mestre å skape noe eget ved bruk av naturens mangfold. Er ikke naturen tilgjengelig for barnehager bør barnehagepersonalet se muligheter fremfor begrensninger.

Trinn 6 - Ta ansvar

Nå er vi kommet på det øverste trappetrinnet som er hovedmålet i bærekraftstrappen, som er å kunne ta ansvar for naturen og fremtiden vår og kan bli verdifullt jo eldre barna blir.

Langholm et al. (2017, s. 80-81) hevder at små barn skal verken ta eller ha ansvar for fremtiden, men ett av de langsiktige målene i arbeidet med barn i naturen kan være å skape miljøbevisste voksne. Dermed kan trinnene i bærekraftstrappen være med å fremme barns verdier og holdninger til naturen, slik at de kan bli forberedt for fremtidens utfordringer.

Informant B mener at barn i dag som får en god tilknytning til naturen kan være med å redde masse av det naturen er i ferd med å miste. På denne måten kan barnas respekt for naturen være med å påvirke generasjonen som vokser opp nå.

6.4 Konklusjon

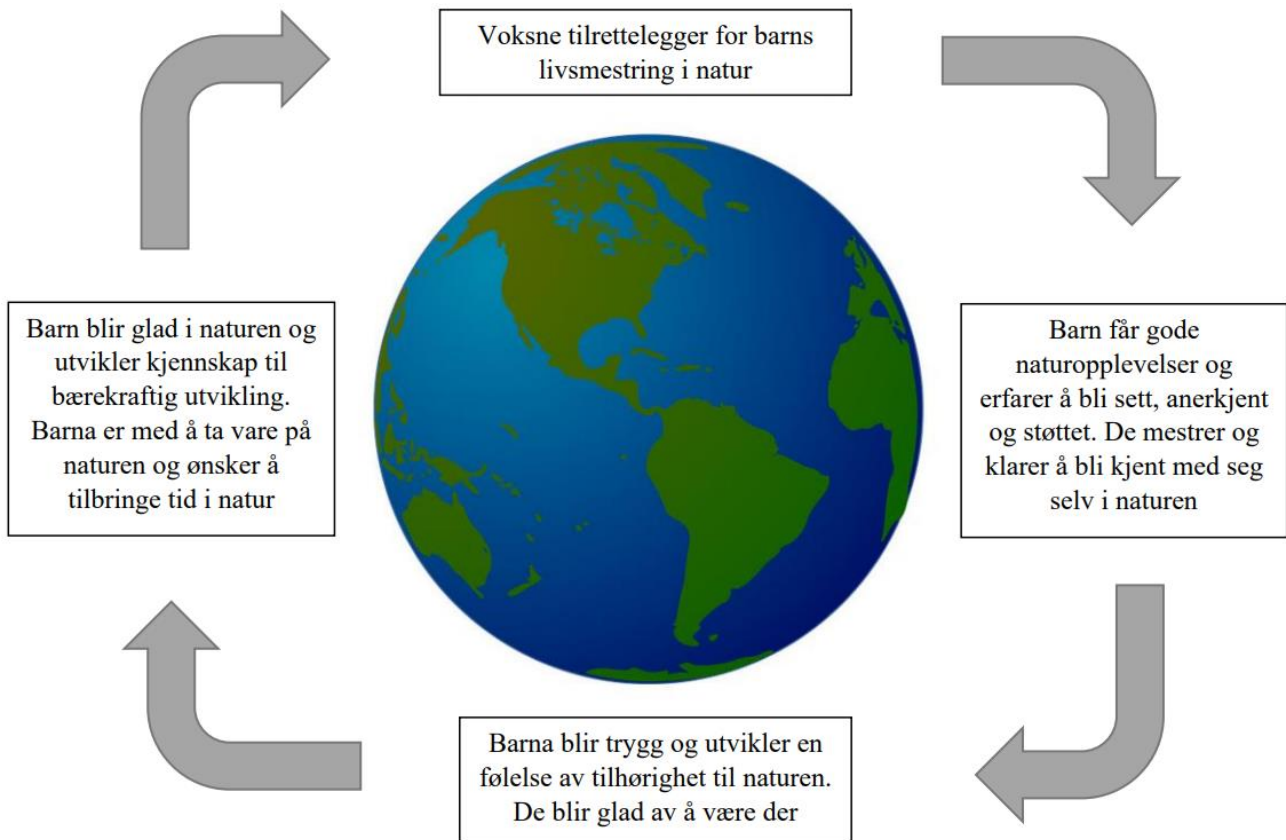
Fra drøftingsdelen fant vi tre hovedfunn som vi nå skal presentere. Funnene kan ikke generaliseres da respondentene og informantene ikke representerer alt barnehagepersonell.

Ut fra vår forskning viser et av funnene at arbeid med barns livsmestring i natur har en klar påvirkning på barns følelse av tilhørighet til natur. Slik vi har tolket funnene fra datainnsamlingen, kan vi si at begrepene står i et gjensidighetsforhold til hverandre. At barnehagepersonalet tilrettelegger for naturopplevelser og trygghet - tilrettelegger de automatisk for barns livsmestring i natur som vil da styrke barnas følelse av tilhørighet til naturen. Blir tilhørighetsfølelsen styrket, kan barna igjen erfare en trygghet som kan gjøre at de tør å utfordre seg enda mer. Arbeid med barns livsmestring og følelse av tilhørighet til natur i tidlig alder kan føre med seg fordeler i fremtiden hvor blant annet naturen kan bli den trygge basen for barnet etter hvert som det blir eldre.

Et annet funn fra vår forskning, kan tolkes som at det er for lite fokus på begrepet barns livsmestring. Begrepet ble introdusert i rammeplanen i 2017, men vi ser at det er for utydelig beskrevet. Det mangler både definisjon og inspirasjon til arbeidsmåter i barnehagen. Dette kan gjøre det vanskelig for barnehagepersonalet å vite hvordan de skal gå frem i arbeidet med begrepet. På en side har vi sett at barnehagepersonalet i stor grad *ubevisst* legger til rette for barns livsmestring i natur. Fra datainnsamlingen vår kan det antydes at det er kjernen i alt barnehagepersonalet gjør i hverdagen. Men vi ønsker bevisstgjøring på *hvordan* og *hvorfor* barnehagepersonalet skal arbeidet med barns livsmestring i natur. Dermed ser vi et behov for mer forskning og litteratur om begrepet, i tillegg til at det bør drøftes i større grad både i barnehagen og i barnehagelærerutdanningen.

Det siste funnet viser at både flertallet av respondentene og begge informantene våre knyttet barns følelse av tilhørighet til natur til bærekraftig utvikling - uten at vi spurte om det. Dette har ført til at vi har drøftet sammenhengen mellom barns livsmestring og barns følelse av tilhørighet opp mot bærekraftstrappen. Gjennom de 6 trinnene har vi kommet med informantenes og respondentenes besvarelser der vi ser ulike måter de tilrettelegger og arbeider i naturen. Arbeidet i naturen inneholder blant annet å ha trygghet i omgivelsene, gode relasjoner, bli kjent med seg selv og sine følelser, oppleve, se sammenhenger, kunne ta vare på seg selv og naturen. Vi mener derfor at barnehagepersonalet kan bruke bærekraftstrappen som et didaktisk verktøy, i arbeidet med både barns livsmestring, barns tilhørighet til naturen

og barns begynnende forståelse for bærekraftig utvikling. Utfra dette funnet har vi valgt å lage en egen modell som viser sammenhengen mellom de tre temaene.



Figur 3. Modellen vår viser sammenhengen mellom barns livsmestring, barns følelse av tilhørighet til natur og bærekraftig utvikling.

(Bakke, Bertelsen & Stockman, 2021)

7.0 Avslutning

Gjennom denne prosessen har vi utdypet oss i barns livsmestring i natur og barns følelse av tilhørighet til natur. Fra datainnsamlingen har vi også fått et veldig godt innblikk i bærekraftig utvikling. Det har kommet frem i teorien og datainnsamlingen vår at naturen er en fantastisk arena for barns helhetlige utvikling. I tillegg har dette vært noe vi har interessert oss for siden begynnelsen på barnehagelærerutdanningen. Begrepet barns livsmestring vekket både nysgjerrighet og usikkerhet hos oss, noe som gjorde at vi ønsket å forske mer på hvordan dette blir tilrettelagt for i naturen. Vi har sett at vi ikke er alene i å ha denne usikkerheten og ønsker derfor å belyse behovet for både mer litteratur og diskusjon rundt temaet. Vi har vist sammenhengen mellom temaene både i bærekraftstrappen og selvlaget modell, som kan være et alternativ til didaktisk verktøy for barnehagepersonalets arbeid med barns livsmestring i natur, barns følelse av tilhørighet til natur og barns begynnende forståelse for bærekraftig utvikling.

8.0 Litteraturliste

Askland, L. & Sataøen, S. O. (2017). *Utviklingspsykologiske perspektiv på barns oppvekst* (3.utg.). Gyldendal Norsk Forlag.

Bakke, H. H. (2018). *Natur, miljø og teknologi i barnehagen*. Universitetsforlaget.

Barnehageloven. (2005). Lov om barnehager (LOV-2005-06-17-64). Lovdata.

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>

Befring, E. (2020). *Sentrale forskningsmetoder* (2. utg.). Cappelen Damm.

Bergan, V. & W. Bjørndal, K. E. (2019). Barnehagen-første steg mot en bærekraftig utvikling. I *Bærekraft i praksis i barnehagen* (s. 21-35). Universitetsforlaget.

Bergsland, M. D. & Jæger, H. (red.). (2014). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Cappelen Damm.

Bjørndal, K. & Bergan V. (2020). Livsmestring - hva kan det romme? I *Skape rom for folkehelse og livsmestring i skole og lærerutdanning* (s. 45-59). Universitetsforlaget.

Boldermo, S. (2018). Barnehagen som sted. Relasjonelle tilnærminger til barnehagens stedspraksiser og barns opplevelser av tilhørighet. I A. Myrstad, T. Sverdrup, & M. Helgesen (red.), *Barn skaper sted- sted skaper barn* (s. 119-133). Fagbokforlaget.

Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestad, G. (2014). *Se barnet innenfra - hvordan jobbe med tilknytning i barnehagen*. Kommuneforlaget.

Carson, N. & Birkeland, Å. (2019). *Veiledning for barnehagelærere* (4. utg.). Cappelen Damm.

Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Gyldendal Akademisk.

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

Evertsen-Stanghelle, C. (2018). Tilknytning - det nære samspillet kraft. I I. Størksen (red.), *Livsmestring og livsglede i barnehagen* (s. 86-108). Cappelen Damm.

Folkehelseinstituttet. (2018, januar). Psykisk helse i Norge.

https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/psykisk_helse_i_norge2018.pdf

Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2. utg.). Fagbokforlaget.

Helsedirektoratet. (2008, mai). Tiltak for økt fysisk aktivitet blant barn og ungdom.

<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/tiltak-for-okt-fysisk-aktivitet-blant-barn-og-ungdom/Tiltak%20for%20%C3%B8kt%20fysisk%20aktivitet%20blant%20barn%20og%20ungdom%20E2%80%93%20en%20systematisk%20litteraturgjennomgang.pdf/attachment/inline/0f52ecc6-3738-419e-b597-c44e02f7024c:900d35f4a9157dd4ec0de4392e6d783f508aea84/Tiltak%20for%20%C3%B8kt%20fysisk%20aktivitet%20blant%20barn%20og%20ungdom%20E2%80%93%20en%20systematisk%20litteraturgjennomgang.pdf>

Helsedirektoratet. (2019, 29. April). *Fysisk aktivitet for barn og unge*.

<https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-for-barn-unge-voksne-eldre-og-gravide/fysisk-aktivitet-for-barn-og-unge#barn-og-unge-bor-vaere-i-fysisk-aktivitet-minimum-60-minutter-hver-dag>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2003). Regjeringens strategiplan for barn og unges psykiske helse... Sammen om psykisk helse...

https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/vedlegg/strategiplan_for_barn_og_unge_psykiske_helse.pdf

Heggen, M. & Langholm, G. (2019). Tilknytning til natur, en forutsetning for bærekraft? I O. Kasin (red.), *Bærekraftig utvikling - pedagogiske tilnærminger i barnehagen* (s. 169-188).

Fagbokforlaget.

Hågar, S. (2014). Den verdifulle naturoplevelsen: Naturopplevelsens kvaliteter. I

Naturvernforbundet, *Grevlingen*. Spesialutgave; Friluftsliv, naturopplevelse og livskvalitet (s.

6). [https://naturvernforbundet.no/getfile.php/1376775-](https://naturvernforbundet.no/getfile.php/1376775-1464856735/Fylkeslag%20NOA/Bilder/Marka%20og%20skogsak/B%C3%B8ker%20dokumenter%20plansjer/Grevlingen_spesial%205_2014_skjerm.pdf)

[1464856735/Fylkeslag%20NOA/Bilder/Marka%20og%20skogsak/B%C3%B8ker%20dokumenter%20plansjer/Grevlingen_spesial%205_2014_skjerm.pdf](https://naturvernforbundet.no/getfile.php/1376775-1464856735/Fylkeslag%20NOA/Bilder/Marka%20og%20skogsak/B%C3%B8ker%20dokumenter%20plansjer/Grevlingen_spesial%205_2014_skjerm.pdf)

Jørgensen, P. S. (2017). *Robuste barn: Gi barnet ditt ansvar, livsmot og tiltro til seg selv*. (A. Solli overs.). (Opprinnelig utgitt 2017). Cappelen Damm.

Jørgensen, K.-A. (2015). Blikk for det uforutsigbare - svømmebasseng i mosen og dyr med øyne på hvert bein. I Norsk friluftsliv, *Forskning i friluftsliv 2015* (s. 202-211).

<https://norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2015/12/Forskning-i-friluft-2015-Rapport-e-bok.pdf>

Kasin, O. & Langholm, G. (2019). Pedagogikk for en bærekraftig utvikling. I O. Kasin (red.), *Bærekraftig utvikling - pedagogiske tilnæringer i barnehagen* (s. 155-169). Fagbokforlaget.

Krempig, I. W. (2020). Friluftsliv og natur som kilde til helse og livsmestring. I K. Bjørndal & V. Bergan (red.), *Skape rom for folkehelse og livsmestring i skole og lærerutdanning* (s. 238-255). Universitetsforlaget.

Kringlebotten, G. (2018). Smaken av appelsin - Om det å være barn. I L. Melvold (red.), *Livsmestring i barnehagen - Å bære sin egen bagasje* (s. 63-73). Kommuneforlaget.

Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen: innhold og oppgaver*.
<https://www.udir.no/globalassets/filer/barnehage/rammeplan/rammeplan-for-barnehagen-bokmal2017.pdf>

Langholm, G. (red.), Hilmo, I., Holter, K., Lea, A. & Synnes, K. (2017). *Forskerfrøboka* (2. utg.). Fagbokforlaget.

Langholm, G. & Heggen, M. P. (2019). Å (for)bruke for en bærekraftig fremtid. I O. Kasin (red.), *Bærekraftig utvikling - pedagogiske tilnæringer i barnehagen* (s. 189-209). Fagbokforlaget.

Lunde, S. (2018). Omsorgsfulle relasjoner og begeistring som smitter. I I. Størksen (red.), *Livsmestring og livsglede i barnehagen* (s. 109-130). Cappelen Damm.

Lundhaug, T. & Neegaard H. R. (2013). *Friluftsliv og uteliv i barnehagen*. Cappelen Damm.

Løkken, G. & Søbstad, F. (2017). *Observasjon og intervju i barnehagen* (4. utg.). Universitetsforlaget.

Maroufi, S. (2020, januar 22). *Tilhørighet: hvor hører jeg til?*

<https://www.flyt frem.no/artikkel/tilhorighet-hvor-horer-jeg-til/>

Mykletun, A., Knudsen, A. K. & Mathiesen, K. S. (2009). *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv*. (Rapport 2009:8). Nasjonalt folkehelseinstitutt.

Nadina, P. & Anita, J. (2020). *Psykisk helse i barnehagen - forstå hvordan jeg har det inni meg, når jeg er ute av meg*. Pedlex.

Nordisk ministerråd. (2009). *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse: Rapport fra det nordiske miljøprosjektet "Friluftsliv og psykisk helse"*. (TemaNord 2009:545)
<https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rapporter/t-1474.pdf>

Osnes, H., Skaug, H. N. & Kaarby, K. M. E. (2015). *Kropp, bevegelse og helse i barnehagen* (2. utg.). Universitetsforlaget.

Plischewski, H. (2018). Livsmestring og helse. I I. Størkesen (red.), *Livsmestring og livsglede i barnehagen* (s. 35-58). Cappelen Damm.

Roland, P. & Evertsen-Stanghelle, C. (2018). Utfordringer, flyt og spenning i barnehagen. I I. Størksen (red.), *Livsmestring og livsglede i barnehagen* (s. 173-191). Cappelen Damm.

Sageidet, B. M. (2019). Pedagogiske metoder for å lære barn om sammenhenger for bærekraftig utvikling. I V. Bergan, & K. E. W. Bjørndal (red.), *Bærekraftig i praksis i barnehagen* (s. 53-66). Universitetsforlaget.

Sandgrind, S. W. (2017, 30.08). Viktig at barn opplever at de voksne gleder seg over å være sammen med dem. <https://www.barnehage.no/pedagogikk-tilknytning-tilvenning/viktig-at-barn-opplever-at-de-voksne-gleder-seg-over-a-vaere-sammen-med-dem/116019>

Sosial- og Helsedirektoratet. (2007, mars). Veileder i psykisk helsearbeid for barn og unge i kommunene. https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/is-1405_14898a.pdf

Syed, B. F. (2019). Pedagogisk ledelse av utviklingsarbeid om bærekraftig utvikling i barnehagen. I O. Kasin (red.), *Bærekraftig utvikling - pedagogiske tilnærminger i barnehagen* (s. 231-257). Fagbokforlaget.

Statisk sentralbyrå (2021). Barnehager. <https://www.ssb.no/barnehager>

Størksen, I. (red.). (2018). *Livsmestring og livsglede i barnehagen*. Cappelen Damm

Sælebakke, A., Bjørndal, A. & Lund, I. (2018). *Livsmestring i skolen*. Gyldendal Akademisk.

Utdanningsdirektoratet. (2020) Oppholdstid i barnehagen. <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-barnehage/oppholdstid-bhg/>

9.0 Vedlegg

9.1 Vedlegg 1 - Samtykkeerklæring

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet “*Barns livsmestring og følelse av tilhørighet til natur*”, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta i intervju
- Tillatt med lydopptak på intervjuet

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vil du delta i forskningsprosjektet

“Barns livsmestring og følelse av tilhørighet til natur”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke hvordan barnehagepersonalet arbeider med barns livsmestring i natur, og hvordan dette påvirker barns tilhørighet til naturen. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Vi er en gruppe på tre studenter som skal skrive en bacheloroppgave ved barnehagelærerutdanningen, med fordypningen “Natur, helse og bevegelse”. I oppgaven ønsker vi å undersøke hvordan barnehagepersonalet tilrettelegger for barns livsmestring i naturen og hvordan dette påvirker barns følelse av tilhørighet til naturen. Livsmestring er et nytt begrep som kom inn i Rammeplan for barnehager i 2017, men hvordan arbeider barnehagepersonalet med akkurat dette begrepet? Vi ønsker å finne ut hva barns livsmestring betyr i praksis for barnehagepersonalet. Her vil vi óg se om det finnes sammenheng mellom barns livsmestring i natur og barns følelse av tilhørighet til naturen. Vi skal ikke bruke opplysningene til andre formål.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskulen på Vestlandet er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi har valgt å intervju barnehagelærere siden det er de som generelt planlegger, gjennomfører og evaluerer arbeidet i barnehagen.

Hva innebærer det for deg å delta?

Vi ønsker å gjennomføre et intervju med deg på bakgrunn av svar fra en spørreundersøkelse vi har gjennomført. Vi ønsker helst et fysisk møte, men dersom situasjonen endres og

tiltakene strammes inn slik at det ikke blir tillatt, kan intervjuet gjennomføres digitalt. På intervjuet ønsker vi å bruke lydopptak, slik at vi kan analysere svarene dine i etterkant på en mer detaljert måte, slik at drøftingen vår og oppgaven blir sannferdig. Vi ønsker alle tre å være til stede under intervjuet, hvor én får ansvar for å notere. Datamaterialet fra intervjuet vil bli anonymisert og slettet etter godkjent bacheloroppgave.

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. Din deltakelse blir anonymisert og vil bli nevnt i oppgaven som “barnehagelærer A, B eller C”. Din deltakelse vil ikke kunne bli identifisert i oppgaven. Veileder får kun innsyn i svar fra datamaterialet, ingen personopplysninger.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er ca. 1. Juli. Alt av opplysninger og opptak vil bli slettet.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra *Høgskulen på Vestlandet* har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

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

Høgskulen på Vestlandet

HVL personvernombud: Trine Anikken Larsen

Epost: trine.anikken.larsen@hvl.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no)
eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig og veileder

Studenter

9.3 Vedlegg 3 - Spørsmål fra digital spørreundersøkelse

1. Kjønn?
2. Alder?
3. Arbeidstittel?
4. Hvilken type barnehage arbeider du i?
5. Kryss av hva “barns livsmestring” for deg.
6. Hvor synes du at barn i barnehagen opplever mest muligheter til livsmestring?
7. Hvor ofte arbeider du med barns livsmestring i natur?
8. I hvilken rolle kjenner du deg mest igjen i, i ditt arbeid med barns livsmestring?
9. Hva betyr “barns tilhørighet til naturen” for deg?
10. Hvorfor er det viktig for deg at barn får følelse av tilhørighet til naturen?
11. Tenker du at barns livsmestring påvirker deres følelse av tilhørighet til naturen? Hvis ja, hvorfor?

9.4 Vedlegg 4 - Intervjuguide

Intervjuguide

“I hvilken grad tilrettelegger barnehagepersonalet for barns mulighet til livsmestring i naturen, og hvordan påvirker dette barnets følelse av tilhørighet til naturen?”

1. Starte samtale på zoom:

Informasjon:

- Starter med å bekrefte godkjenning av bruk av lydopptak
- Informere kort om prosjektet, hvordan og hvor lenge intervjuet vil foregå
- Fortelle kort om valg av problemstilling
- Bekrefte til informanten om dens rettigheter og forklare om personvern og taushetsplikt

2. Uformelle spørsmål:

1. Kan du fortelle litt om deg selv?
2. Hvor lenge har du vært barnehagelærer?
3. Er du mye ute? Går på tur? Hva er natur for deg?
4. I hvilket miljø er din avdeling når dere er ute i naturen?

3. Spørsmål:

1. Hva betyr barns livsmestring for deg?
2. Hvordan arbeider og tilrettelegger du med begrepet barns livsmestring i praksis når dere er i naturen?
 - Robusthet, anerkjennende kommunikasjon, trygghet, tilrettelegging, regulering av følelser, uforutsigbarhet, lek, samarbeid, helhetlig utvikling, aktiv/passiv, voksenrollen, voksnes holdninger - engasjement, støttende stillas, ulike roller.

3. Hvordan opplever du at du og de andre voksne i barnehagen har nok kunnskap/kompetanse om barns livsmestring? (Nytt begrep → tilbud om kurs/pensum)
 - Tilbud om kurs, pensum?
 - På hvilken måte har barnehagen jobbet med begrepet livsmestring - hovedspørsmål også tilleggsspørsmål
 - Snakket om på personalmøter/planleggingsdager?

4. Hva mener du barns følelse av tilhørighet til naturen betyr?

5. Hvordan kan dette arbeides med når barnehagen er i naturen?
 - Barns sted, affordance, trygghet, tilknytning, fremme verdier, bærekraftig utvikling, utfoldelse, tilhørighet til samfunnet - nasjonal tilhørighet - voksenrollen?

6. I spørreundersøkelsen vår hadde vi spørsmålet: “Kan du skrive hvorfor det er viktig for at barn får følelse av tilhørighet til naturen?” - hvor over halvparten av deltakere nevnte i sine svar blant annet bærekraftig utvikling. Ser du en sammenheng mellom barns følelse av tilhørighet til naturen og bærekraftig utvikling?
 - Aktivt arbeid med dette?

4. Oppsummering:

- Oppsummere hva vi har snakket om
- Sørge for at alle spørsmål har blitt forstått
- Er det noe annet informanten ønsker å ta opp, fortelle om?
- Kan kontakte oss på mail ved eventuelle spørsmål eller andre henvendelser.

9.5 Vedlegg 5 - Oppfølgingsspørsmål i intervju

Intervju A:

1. Er dere alltid i samme type miljø på tur, eller får barna kjennskap til ulike typer miljøer også?
2. Hvilken rolle tar dere voksne i arbeidet med barns livsmestring?
3. Hvordan erfarer du kommunikasjonen mellom barn og voksne er i naturen?
4. Er de voksne aktiv eller passiv i deltakelsen med barna - finnes det en mellomting?
5. Hva er temaene kursene om Marte-Meo handler om?
6. Hvilke tema blir diskutert på kursene om Marte-Meo?
7. Kan du si litt hva Marte-Meo metoden inneholder i forhold til barns livsmestring?
8. Mener du at mangelen på kurs hos fagarbeiderne og assistentene påvirker deres arbeid med barns livsmestring?
9. Hvordan jobber dere for å styrke barns følelse av tilhørighet til naturen?

Informant B:

1. Har dere fortsatt buss til rådighet?
2. Føler du at de andre ansatte også ser barna og deres behov?
3. Hvordan støtter dere barna i naturen når barna er i situasjoner med utfordringer?

4. Føler du barn blir mer rustet for fremtiden dersom barnehagepersonell arbeider med barns livsmestring i naturen, fremfor innenfor barnehagens fire vegger?
5. Hva var reaksjonen til deg og dine kollegaer på den nye rammeplanen i 2017? Snakket dere om begrepet (barns livsmestring) som ble implementert?
6. Snakker dere om følelser i lag med barna? Hvordan anerkjenner dere barnas egne følelser?
7. Kan trygghetssirkelen overføres til naturen - at naturen i fremtiden kan bli den trygge basen for barna når de blir eldre?
8. Opplever du at barna deres kjenner på mindre stress på skolen enn barn fra tradisjonelle barnehager?