



Estetisk-filosofiska fakulteten

Pernilla Adolfsson

”När jag är stressad är jag inte den
pedagog jag vill vara”

Pedagogers stress på förskolan

”When I am stressed I am not the teacher I want to be”

Teachers stress in preschool

Examensarbete 15 hp

Läroprogrammet

Datum: 2011-01-28

Handledare: Ingmarie Sellin

Abstract

The purpose with the study is to contribute knowledge of teacher's thoughts of, and actions in potentially stress filled situations at preschool. The methods I've been using are qualitative interviews and unstructured observations of hallway situation at dressing and the transit between lunch and rest.

At the interviews with the teachers it showed that none of them feels stressed but there are stress filled situations. The lunch and transit between lunch and rest is a stressful situation, where there is a lot to do, like the dishes, the teachers break and the lie-down. That moment is time-limited. The hallway situation at the time of dressing is also a stressful situation. All the children comes out in the hallway at the same time and the teachers need to help the children get dressed, change diapers on the smaller children and make sure that the older ones use the bathroom before they go outside. At wintertime there is automatically more to do due to the amount of clothes that needs to be put on.

The increasing size of children in the groups is not anything the teachers can control, but the premises has to be adapted to be able to receive as many children as the county want them to have. One of the three teachers thinks that the group of children was too big. She wants to spend more qualitative time with each individual child. In that case another teacher will not help but there need to be fewer children for the area of the room. The teachers are not stressed but there are situations that are stressful.

Keywords: Teacher, stress, transit situation, group size of children

Sammanfattning

Syftet med undersökningen har varit att bidra med kunskap om pedagogers tankar om och handlingar i potentiellt stressfyllda situationer på förskolan. De metoder jag använde mig av var kvalitativa intervjuer och ostrukturerade observationer av hallsituationen vid påklädning och övergången mellan lunch och vila.

I intervjuerna med pedagogerna visade det sig att ingen av dem som känner sig stressade men att det finns stressande situationer. Lunchen och övergången mellan lunch och vila är en stressande situation, då det är mycket som ska göras som disken, pedagogers rast och vilan. Den stunden är tidsbegränsad. Hallsituationen vid påklädning är också en stressande situation. Alla barn kommer ut i hallen samtidigt och pedagogerna ska hjälpa barnen att klä på sig, byta blöjor på de mindre barnen och se till att de stora barnen går på toaletten innan de går ut. Vintertider blir det automatiskt mer att göra eftersom mycket kläder ska kläs på.

Att barngrupperna bara blir större är inget som pedagogerna kan påverka, men lokalerna måste vara anpassade så att de kan ta emot så många barn som kommunen vill att de ska. En av de tre intervjuade pedagogerna tyckte att barngruppen var för stor. Hon vill kunna ägna mer kvalitetstid åt varje enskilt barn. Då hjälper det inte med ytterligare en till pedagog utan det skulle vara färre barn på rumsytan. Pedagogerna är inte stressade men det är vissa situationer som är stressande.

Nyckelord: Pedagoger, stress, övergångar, barngruppsstorlek

Förord

Jag vill börja med att tacka pedagoger, barn och deras föräldrar på den undersökta förskolan. Ni har fått mig att känna mig välkommen och varit till stor hjälp för mitt skrivande. Tack för att ni tog er tid med mig i den stressiga jultiden... När jag börjar jobba i en verksamhet hoppas jag, att jag kan få samma trygghet och ett härligt arbetslag som ni har.

Jag vill även tacka min handledare Ingmarie Sellin som hjälpt mig under processens gång. Tack för att du har ”stökat” med mig. Det har fört mig framåt i skrivandet. Tack även till andra lärare som har informerat om skrivprocessen och alla dess olika delar och utformning.

Måste även passa på att tacka min fantastiska studiegrupp för ovärderliga diskussioner och mycket uppmuntran. Tack till mina bilkompisar för de underbara resorna som innehöll många djupa och viktiga diskussioner om Idol och andra vardagliga situationer. Min man och våra tre barn vill jag också tacka för stöd och uppmuntran under resans gång.

STORT TACK!

Innehållsförteckning

1 Inledning	1
1.1 Syfte och frågeställningar	1
2 Litteraturgenomgång	3
2.1 Definition av stress.....	3
2.2 Stresskänslighet.....	5
2.3 Barnsyn	5
2.4 Det vardagliga arbetet på förskolan	6
2.5 Styrdokument	7
2.6 Icke-verbal kommunikation	8
2.7 Sammanfattning	8
3 Metod	10
3.1 Val av metoder	10
3.2 Urval	10
3.3 Genomförande	11
3.4 Bearbetning	12
3.5 Etiska överväganden	12
3.6 Reliabilitet och validitet	13
4 Resultat	14
4.1 Observation - hallen.....	14
4.1.1 Exempel 1 – hallen vid påklädning.....	14
4.1.2 Exempel 2 – hallen vid påklädning.....	15
4.2 Observation - övergången mellan lunch och vila.....	16
4.2.1 Exempel 1	16
4.2.2 Exempel 2	17
4.3 Intervjuer	18
4.3.1 Den egna stressen i det vardagliga arbetet	18
4.3.2 Hallsituationen vid påklädning	19
4.3.3 Övergången mellan lunch och vila	20
4.3.4 Barngruppsstorlek.....	21

4.4 Sammanfattning	21
5 Diskussion	23
5.1 Metoddiskussion	23
5.2 Resultatdiskussion	23
5.3 Slutsats	26
5.4 Förslag på fortsatt forskning	26
Referenser	27
Litteratur	27
Elektroniska källor	28
Bilagor	

1 Inledning

Under utbildningens gång när jag var ute på VFU, verksamhetsförlagd utbildning, upplevde jag ofta att pedagogerna var stressade. Det var så mycket som skulle hinnas med och de upplevde att det blev mer och mer, som till exempel köket med all disk, planering och bokning av vikarier. Jag blev nyfiken på att ta reda på mer om stress hos pedagoger men har valt att fokusera på två olika situationer, hallen vid påklädning och övergången mellan lunch och vila.

Jag hade även hört att barngrupperna blir allt större och att pedagogerna känner frustration över att inte hinna med alla barn och göra saker som de kanske annars skulle ha hunnit med, om det varit mindre barngrupper. Jag vet inte om det var ett självförsvar för att det ska vara ”tillåtet” att inte hinna med. Samtidigt kan jag förstå vad de pedagoger menar när de säger så. Det är klart att det är lättare att se alla barn och göra mer saker när det är en mindre barngrupp, men nu är det som det är och då får man kanske bara lära sig att förhålla sig till det och göra något konstruktivt av det.

Hallsituationen, vid påklädning, är nästan dömd på förhand att vara en stressad situation för pedagogerna när alla barn ska kissa och kläs på. Pedagogerna ska även byta blöjor på de mindre barnen och nu när det är vinter är det mycket kläder som ska på. Men man kan lösa situationen på olika sätt. Även övergången mellan lunch och vila har jag upplevt på någon av mina VFU-platser vara en stressad situation, för då är det klockan som styr. Barnen ska äta upp maten, tvätta sig och snabbt in på liggvila för att hinna vila innan de går hem och det ska även fungera med pedagogernas raster.

1.1 Syfte och frågeställningar

Mitt syfte med undersökningen är att bidra med kunskap om pedagogers tankar om och handlingar i potentiellt stressfyllda situationer på förskolan.

Detta arbete baseras på två frågeställningar:

1. Hur bemöter pedagogerna barnen i situationer som kan bli stressfyllda?
 - a) i hallen vid påklädning
 - b) vid övergången mellan lunch och vila
2. Hur tänker pedagogerna om sin egen stress i det vardagliga arbetet?

2 Litteraturgenomgång

Då mitt syfte är att bidra med kunskap om pedagogers tankar om och handlingar i potentiellt stressfyllda situationer på förskolan behöver jag först och främst ta reda på vad stress är. Kommer även gå igenom vilken barnsyn man har då jag tror att den kan påverka stress hos pedagoger, det finns även olika personlighetstyper av stress. Jag tar också upp det vardagliga arbetet på förskolan med planering och att pedagoger har styrdokumentet att följa. Det innebär att det är mål som ska uppfyllas och man ska bygga upp verksamheten enligt de mål som finns i läroplanen. När vi har ett samtal ansikte mot ansikte ingår kroppsspråket och även tonläget i vår röst. Genom att studera detta kan jag se hur pedagoger bemöter barnen.

2.1 Definition av stress

Att definiera ordet stress är svårt. ”Stress är nämligen inget statiskt tillstånd som lätt kan påvisas med objektiva mätmetoder. Inte heller låter det sig fångas in genom den enskildes subjektiva uppfattning” (Währborg, 2009, s. 43).

Stress kan påverka oss positivt, om det är en lagom nivå av stress vill säga. Det kan göra att vi blir extra laddade inför till exempel ett prov. Vi påverkas negativt av stress om stressorerna är intensiva, upprepas ofta eller varar under en längre tid (Abdolkarim & Skansén, 2000).

Som människa kan man utsättas för olika stressfaktorer som till exempel olika måsten som ska göras. Det är när vi utsätts för många stressfaktorer samtidigt som vi kan bli fysiskt sjuka eller psykiskt utmattade. Stress är en kroppslig reaktion på att vi har utsatts för påfrestningar och krav av fysisk, emotionell eller intellektuell karaktär (Ellneby, 1999). ”För att vi ska må bra behövs en balans mellan anspänning och avspänning” (a.a: s. 35).

Med fysikaliska stressorer avser man olika förhållanden i omgivningen som till exempel ljud eller ljus. Buller är ett exempel på fysikalisk stressor och kan definieras som ett oönskat ljud. De vanligaste reaktionerna på buller är ”sammandragning av perifera blodkärl och förhöjt blodtryck” (Kihlbom, Lidholt & Niss 2009, s. 69). Med perifera blodkärl menas de yttersta blodkärlen. Psykologiska stressorer kan till exempel vara depression, ångest samt separationer

och förluster. Emotionella stressorer kan vara relationsstörningar eller störning i anknytning (a.a).

Att barngrupperna i förskolan har blivit större och att personaltätheten har minskat, har gjort att det blivit sämre kvalitet i förskolan. Dessa två faktorer har avgörande betydelse för bland annat barns språkutveckling, samspelet mellan barn och vuxna och den dagliga miljön i form av stress, konflikter och buller. Men det finns andra faktorer som också spelar roll för kvalitén och det är om personalen är utbildad och personligt lämpad att arbeta på en förskola (Kihlbom, Lidholt & Niss, 2009). Stora barngrupper och låg personaltäthet kan få skadliga följder för hälsan på både barn och pedagoger samt på den pedagogiska verksamheten som till exempel förhöjd stressnivå både hos barn och hos personal (a.a). Det finns forskning som visar att personal som jobbar i mindre grupper får en bättre social kontakt med barnen, och då känner sig barnen tryggare och blir mer involverade i vad som händer på förskolan (Ellneby, 1999).

Det finns ingenting som talar för att det finns en gruppstorlek eller personaltäthet som är den bästa i alla sammanhang. Förutsättningarna är olika beroende på vad det är för grupp och från en tid till en annan. En gruppstorlek och personaltäthet som är passande i en förskola behöver inte vara samma gruppstorlek och personaltäthet som passar i en annan förskola. Skolverket har tagit fram en kunskapsöversikt som har visat att en gruppstorlek på 15 barn är att föredra för att barnen ska utvecklas på bästa sätt. För att mindre barn och barn i behov av särskilt stöd ska få sina behov tillgodosedda behöver de ingå i mindre grupper. Det är kommunerna som bestämmer, utifrån vilka lokala förutsättningar som finns, vilken storlek på barngrupp och vilken personaltäthet som är den mest lämpliga. Det är främst ekonomin som har avgjort gruppstorleken enligt skolverkets utvärdering av förskolan. Det finns faktorer som har haft mindre betydelse som till exempel personalens utbildning och barn i behov av särskilt stöd (Skolverket, 2005).

Ju fler barn det finns i barngruppen desto mer ökar kraven på personalen. Ju yngre barnen är desto större betydelse har gruppstorleken för den pedagogiska verksamheten. Ändå minskar personaltätheten, liksom resurser för den pedagogiska ledningen och kompetensutvecklingen av personalen. Ofta finns det bara två vuxna på 16-17 barn i småbarnsgrupperna vissa delar av dagen (Kihlbom, Lidholt & Niss, 2009).

2.2 Stresskänslighet

Vi människor reagerar på olika sätt även om vi utsätts för samma mängd stressfaktorer. Det kan finnas två personlighetstyper, typ A och typ B. Typ A är de människor som är mest utsatta för de negativa följderna av stress. Några utmärkande drag är att de alltid känner att de har ont om tid, även om de i verkligheten inte har det. De har ett stort behov av att konkurrera med andra och har inget tålamod vid motgångar. De gör för många saker samtidigt och vid tidpunkter som är olämpliga, vilket resulterar i att mycket av tiden blir bortkastad, och att de inte klarar av att genomföra det de tänkt. De är även dåliga på att planera och styra över sin tid. Typ B har ett mer avspänt förhållande till sitt arbete och till sig själva, men är inte likgiltiga inför något av det. De är bättre på att skjuta undan bekymmer och kan acceptera att de inte alltid kan göra sådant som är önskvärt (Gotvassli, 2002). ”Typ A och typ B skall betraktas som ytterpunkter på en skala där individen lutar åt det ena eller andra hållet” (a.a: s. 223).

Man kan reducera stressnivån bland annat genom att planera dagen för att kunna utnyttja tiden på bästa sätt. Göra de svåraste uppgifterna först. Det räcker med att göra uppgifterna tillräckligt bra, det måste inte alltid vara perfekt. Man kan även tänka på att göra en sak i taget och göra färdigt den så långt det är möjligt. Förbereda arbetet dagen innan så att man inte går hem eller kommer till jobbet och inte vet vad man ska göra (Gotvassli, 2002).

Enligt Woxberg (2005) kan den stress som vuxna ibland kan känna av gå ut över barnen, de kan också stressade då. Ett barn beskriver stressade vuxna på följande sätt: ”Vuxna som stressar är arga, springer omkring, är slarviga och gör mycket på en gång” (a.a: s. 28).

2.3 Barnsyn

Enligt Sommer (2005) har alla vuxna en barnsyn från början och det färgar hur vi ser på barn. De uppfattas nästan aldrig som de är i verkligheten utan ses genom ett bestämt barnsynsfilter, ”Om detta filter har en viss färg så ser man barn i denna färg.” (a.a: s. 70).

Sommer (2005) beskriver att barn är kompetenta redan från födseln, då de bland annat söker söker kontakt med sin omgivning genom ögonkontakt. Barns kompetens skapas i

samspel med omgivningen och beroende på vad de är intresserade av och vilka behov de har. När pedagoger talar om kompetens är det när barn utvecklar sina förmågor med åren. Pedagogernas roll är att assistera barnet för att kunna styra rätt i livet (a.a). Löfdahl (2004) menar att barn ska ses som sociala aktörer, det innebär att barn betraktas som medskapande till sin egen kunskap, identitet och kultur. Markström & Halldén (2009) skriver ungefär likadant i sin artikel att det är viktigt att se barn som aktiva och deltagande människor och inte som passiva mottagare av vuxnas handlingar.

När en lärare bemöter ett barn i den pedagogiska verksamheten, görs det alltid utifrån vad läraren har för kunskap, erfarenhet och föreställning om barn både generellt och i specifik bemärkelse. Läraren har skapat en ”teori” för arbetet med barn. Den kan vara baserad på, bland annat, lärarens egen barndomsupplevelse, erfarenhet från egen utbildning och från praktisk verksamhet med barn. Teorin kan vara mer eller mindre medveten eller uttalad, men har alltid en betydelse för vad läraren ser hos ett barn och hur läraren agerar. I bästa fall blir denna teori ett redskap som hjälper läraren till att se barnet men även hur läraren ska förhålla sig till det barn han/hon möter (Johansson & Pramling Samuelsson, 2003).

Den inre miljön på förskolan talar om för barnet vilken tilltro vi vuxna har till dess kompetens. Johansson & Pramling Samuelsson (2003) menar att förskolan är fylld med saker som talar till barn och vuxna på olika sätt och barn skapar mening och sammanhang i den värld som han/hon möter i förskolan. Ambitionen för den svenska förskolan var från början ett komplement till hemmet men har blivit en ersättning för hemmet. Läraren har blivit en ställföreträdande mamma för många av barnen (a.a). Vi lärare behöver reflektera över vilket budskap som finns inbyggt i den pedagogiska miljön. Även över vilka förutsättningar som finns för barn att kunna använda och utveckla kompetenser de har (a.a).

2.4 Det vardagliga arbetet på förskolan

Det som utgör basen i förskolans verksamhet är det praktiska vardagsarbetet med de olika omvårdnadsmomenten. Eftersom dessa omvårdnadsmoment tillgodoser barnens behov av mat, kroppsvård, frisk luft och vila kan man inte hoppa över dessa viktiga rutiner. Att få ihop rutinerna till en bra verksamhet är tidskrävande och förutsätter en noggrann planering och en

bra organisation. Detta dagsprogram fungerar som stommen i förskolans verksamhet (Wikare, Berge & Watsi, 2006). I förskolans läroplan (Lpfö 98) står:

Förskolans verksamhet skall präglas av en pedagogik, där omvårdnad, omsorg, fostran och lärande bildar en helhet. Den pedagogiska verksamheten skall genomföras så att den stimulerar och utmanar barnets utveckling och lärande. Miljön skall vara öppen, innehållsrik och inbjudande. (Läraryrket, 2006, s. 30)

Var och en i ett arbetslag har en stor betydelse för hur verksamheten ser ut. Det är varje individs förmåga att skapa en positiv miljö som avgör om verksamheten blir bra eller inte. Det är också viktigt att ett arbetslag trivs ihop. Om ett arbetslag fungerar bra ihop blir det en bra förebild för barnen i deras umgänge med varandra (Wikare, Berge & Watsi, 2006).

I en barngrupp där man infört massage vid vilan och ledda beröringslekar har man sett en förändring. Barnen somnade lättare och kunde öka sin koncentrationstid. Barnens aktivitetsnivå sjönk när de fick ro. Beröringen stimulerar till att kommunicera och om barnet känner att någon har sett och hört det behöver han/hon inte skrika för att bli uppmärksam. Personalen tycker att det har blivit lugnare på avdelningen. Ljudnivån på förskolan har sjunkit. Personalen tycker också att de själva blivit lugnare genom att ge barnen massage och att kontakten med barnen har blivit djupare. Men man måste tänka på att aldrig tvinga ett barn till beröring (Jelvéus, 1998).

2.5 Styrdokument

Läroplanen för förskolan, Lpfö 98, är målstyrd. Det är mål för barns utveckling och lärande som lärare ska sträva mot. Målen anger en riktning mot vilket kunnande eller vilka förmågor som barn ska utveckla. Lärarna ska bygga upp verksamheten så att den på sikt gör att målen kan uppfyllas. Läroplanen är allmänt formulerad så det är upp till lärarna att tänka ut vilka vägar som kan leda mot målen. Detta blir både en utmaning och en svårighet. Det är lärares kunskaper och strategier för barns lärande som hamnar i fokus istället för att rikta in sig på det individuella barnets förmåga eller eventuella brist på förmåga (Johansson & Pramling Samuelsson, 2003).

Genom Lpfö 98 kan man få en gemensam syn på utveckling, lärande och kunskap. I förskolans enskilda arbetsplan ska man arbeta fram och beskriva hur målen ska uppnås genom olika metoder och arbetssätt (Wikare, Berge & Watsi, 2006).

2.6 Icke-verbal kommunikation

Det icke-verbala språket är allt det som sker i en kommunikation som inte uttalas med ord, som till exempel kroppsspråket, huvudrörelser mm. Det utgör ungefär två tredjedelar av en kommunikation som sker ansikte mot ansikte (Stier, 2009). Med prosodi avses ett ljud som görs med hjälp av munnen men som inte är ord. Det kan vara variation i talet med hjälp av röststyrka. Prosodin speglar vilket humör vi är på, som till exempel att vi höjer rösten när vi är arga eller suckar när vi är irriterade. När vi pratar med barn kan man ha ett lägre röstläge men när vi vill ha uppmärksamhet som kräver lydnad höjer vi rösten (a.a). Handling säger mer än ord.

Den känslomässiga bekräftelse som vuxna ger till barn är inte alltid den bästa. Ibland blir den vuxne så som den upplever barnet, gnäller på gnälliga barn och skriker åt barn som är arga. Då kan kommunikationen låsa sig och man bör då pröva ett annat sätt (Brodin & Hylander, 2002).

2.7 Sammanfattning

Det finns positiv stress som driver oss framåt och gör att vi vill bli bättre, men det finns också negativ stress. Det är när vi får för många stressorer under en längre tid som det kan påverka oss negativt. Barngrupperna har blivit större och personaltätheten har minskat vilket kan vara bidragande orsaker till stress hos pedagogerna. Ju mer barn det är i barngruppen desto mer ökar kraven på pedagogerna (Kihlbom, Lidholt & Niss, 2009). Men det finns ingenting som talar för att det finns en gruppstorlek eller personaltäthet som är den bästa i alla sammanhang. Det är kommunerna som bestämmer gruppstorlek och personaltäthet beroende på de lokala förutsättningar som finns (Skolverket, 2005).

Vi människor reagerar olika på samma mängd stress vi utsätts för och Gotvassli (2002) har beskrivit två olika typer av personlighetsfaktorer hos dessa. Typ A är mest utsatt för följderna av negativ stress och de gör många saker samtidigt vilket resulterar i att inget blir färdigt och det känns som bortkastad tid. Typ B är bättre på att skjuta undan bekymmer och accepterar att de inte hinner med allt de önskar att de vill göra. Enligt Gotvassli (2002) kan man reducera stressnivån genom att bland annat förbereda arbetet dagen innan. Acceptera att man gör uppgifter tillräckligt bra och att det inte måste vara perfekt. Göra en sak i taget och göra färdigt innan man går på nästa uppgift.

Enligt Sommer (2005) är det den barnsyn vi har som avgör hur vi ser på barn och barnen uppfattas sällan som de verkligen är. När pedagoger bemöter barn i den pedagogiska verksamheten, görs det alltid utifrån vad pedagogen har för kunskap, erfarenhet och föreställning om barn, både generellt och i specifik bemärkelse (Johansson & Pramling Samuelsson, 2003).

Jelvéus (1998) har sett en förändring i en barngrupp där man infört massage under vila och ledda beröringslekar. Beröringen stimulerar till att kommunicera. Även personalen har blivit lugnare och det har blivit lugnare på avdelningen och ljudnivån har sjunkit. De har också fått en djupare kontakt med barnen genom massage och beröringslekar.

Allt som sker i en kommunikation ansikte mot ansikte som inte uttalas med ord är det icke-verbala språket. Det utgör två tredjedelar av kommunikationen. Prosodi avser det ljud som görs med munnen men som inte är ord. Det kan vara variation i talet med hjälp av röststyrka. Prosodin speglar också vilket humör vi är på, som att vi höjer rösten när vi är arga eller suckar när vi är irriterade (Stier, 2009).

3 Metod

3.1 Val av metoder

Arbetet baseras på två olika forskningsmetoder, intervjuer och observationer. Intervjuer för att få reda på hur pedagogerna förhöll sig till sin egen stress i det vardagliga arbetet och få reda på hur de upplever situationen i hallen vid påklädning samt övergången mellan lunch och vila. Jag gjorde kvalitativa intervjuer med pedagogerna, använde mig av öppna frågor (Bilaga 1) som enligt Patel & Davidsson (2003) oftast leder till bättre diskussioner så att man kan få en djupare förståelse av pedagogernas upplevelser.

Jag valde att observera för att se hur pedagogerna bemötte barnen i hallen och övergången mellan lunch och vila. Det var ostrukturerade observationer och jag var i huvudsak en icke deltagande observatör då jag bara satt och observerade och hjälpte inte till vid exempelvis påklädningen i hallen, förutom vid något enstaka tillfälle då ett barn kom fram till mig och bad om hjälp med att dra över overallen över vantarna (Patel & Davidsson, 2003). Detta valde jag för att få en syn på vardagliga företeelser på förskolan inom de områden jag har valt att studera närmare.

Denna undersökning har varit explorativ då avsikten har varit att införskaffa så mycket kunskap som möjligt om ett visst ämne (Patel & Davidsson, 2003).

3.2 Urval

Den förskola jag gjorde mina observationer och intervjuer på finns i mellersta Sverige och den har två avdelningar. Förskolan hade jag kommit i kontakt med tidigare under min utbildning så jag var ingen främling för pedagogerna. Avdelningen pedagogerna arbetar på har fått fingerat namn ”Kamomill”. När mitt examensarbete närmade sig tog jag kontakt med dem för att få en muntlig tillåtelse att genomföra min undersökning hos dem, en av pedagogerna tyckte det var bra att någon kommer och observerar. Det var tre pedagoger som jag intervjuade och observerade. Jag kanske hade sett något annat om jag valt en annan förskola där jag inte kände någon, men jag tror ändå att pedagogerna kunde slappna av lite grann när det var en observatör/intervjuare som de kände till.

3.3 Genomförande

Jag började med att ringa till rektorn för skolområdet för att få en muntlig tillåtelse att genomföra min studie på den utvalda förskolan. Efter den kontakten ringde jag till förskolan och talade om att jag skulle komma ner med informationsbrev/ samtycke både till barnens vårdnadshavare och till pedagogerna (Bilaga 2 och 3). Pedagogerna hängde upp lapparna till vårdnadshavarna på barnens hyllor och jag hade skrivit ett datum när de senast skulle ha skrivit på dem och lämnat dem till pedagogerna. Jag hämtade de påskrivna lapparna på avdelningen någon dag efter pedagogerna samlat in dem. Jag informerade om att det är helt frivilligt att medverka i min studie och att de när som helst kan välja att hoppa av studien.

Jag genomförde fyra observationer vid fyra olika tillfällen och intervjuade var och en av pedagogerna vid två olika tillfällen. När alla fyra olika observationer utfördes var jag på avdelningen ungefär en halvtimme åt gången. Vid observationerna av hallen satt jag där jag hade bra överblick över hela utrymmet och så pass nära att jag kunde höra de konversationer som pågick. När jag observerade övergången mellan lunch och vila satt jag först i soffan i matsalen (där sittvilan är) och senare flyttade jag till ett bord i närheten av soffan. Där hade jag bra översikt över vad som pågick och behövde inte gå efter pedagogerna. Det var ostrukturerade observationer, med det menas att jag inhämtat så mycket information som möjligt, genom att försöka registrera allting jag såg i ett löpande protokoll. Pedagogerna har fått fingerade namn, Lisa, Anna och Sandra.

När jag intervjuade Lisa satt vi kvar inne på avdelningen för att inte lämna Sandra kvar ensam med barnen och Lisa kunde höra om det hända något som gjorde att hon behövde gå iväg. På grund av tidsbrist ifrån deras sida gick jag med på detta och det gick bra. Jag skrev ner det hon sa på ett papper, jag valde att inte använda mig av ljudinspelning för att det var barn med där vi satt. Innan jag började intervjua Sandra och Anna bad jag om tillåtelse att spela in vårt samtal, båda två godkände det. Jag och Sandra satt i personalrummet, medan Anna och jag satt i målrummet som ligger lite avsides. Det var bättre att få sitta ifred än att sitta bland barnen. Intervjuerna tog ungefär en halvtimme var att utföra. Genom att jag började med observationerna tänkte jag att om det skulle komma fram något särskilt intressant kunde jag ta upp det med pedagogerna i intervjuerna senare.

3.4 Bearbetning

Två av intervjuerna hade jag spelat in och dem lyssnade jag på samtidigt som jag valde ut och skrev ner det som var relevant för min undersökning. Jag fick lyssna igenom samtalen flera gånger för det var ganska svårt att sälla ut det som var viktigt. Jag skrev en sammanfattning av vad de sa, sedan bearbetade jag texterna och kategoriserades pedagogernas svar som jag till sist skrev under olika rubriker som även blev rubriker i det skrivna arbetet.

Kategoriseringarna gjorde jag utifrån mina intervjufrågor och intervjufrågorna är utformade efter mina frågeställningar. Jag ville ta reda på hur pedagogerna tänkte kring stress, barngruppsstorleken och de situationer jag observerat. Texterna har jag bearbetat ett flertal gånger. Jag började med att skriva ner svaren jag fick, sedan gjorde jag en sammanställning var pedagog för sig och slutligen skrev jag ner jag ner svaren under olika rubriker utifrån mina frågeställningar.

När jag observerade de utvalda situationerna förde jag löpande protokoll. Det var fyra stycken, två i hallen och två vid övergången mellan lunch och vila. Sedan sammanställde jag dem och skrev ner dem under rubrikerna hallen och övergången mellan lunch och vila.

3.5 Etiska överväganden

De etiska övervägandena har jag gjort enligt Vetenskapsrådets forskningsetiska principer (2002). Det innebär att jag har tagit hänsyn till fyra olika krav, informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Alla som har deltagit i undersökningen har meddelats om syftet med undersökningen, att det är helt frivilligt att delta och att de när som helst kan avbryta deltagandet. Jag har fått skriftlig tillåtelse av vårdnadshavarna att observera barnen i samspel med pedagogerna. För att skydda alla deltagarnas identiteter har jag valt att ge dem fingerade namn. All insamlad data har jag förvarat så att inga obehöriga har kunnat ta del av den. Jag informerade alla deltagare att informationen enbart kommer att användas till mitt examensarbete. För att skydda pedagogernas har de fått fingerade namn; Sandra, Lisa och Anna. Barnen på avdelningen "Kamomill" är i åldrarna 1-6 år och jag använder mig av fingerade namn för att skydda deras identitet. Även namnet på avdelningen är fingerat namn.

3.6 Reliabilitet och validitet

Reliabiliteten eller tillförlitligheten på min undersökning, är olika faktorer, såsom att jag spelade in intervjuerna och använder mig av citat från både intervjuerna och observationerna, som avgör vad jag får för svar i intervjuer eller vad jag ser i observationerna. Det kanske ter sig på ett annat sätt när jag inte är där, pedagogerna kan ”skärpa” till sig när de vet att jag sitter och studerar dem i detalj (Bell, 2006). För att min undersökning ska ha god validitet eller giltighet behöver jag veta att jag undersöker det jag avser att undersöka (Patel & Davidsson, 2003).

4 Resultat

Här kommer jag att presentera mina resultat av intervjuer och observationer som är gjorda i hallen vid påklädning och övergången mellan lunch och vila. I observationerna har jag tittat på pedagogers bemötande av barnen i potentiellt stressfyllda situationer. Eftersom jag gjorde observationer på två olika situationer blev de under två kategorier.

Intervjuerna är sammanställda under olika rubriker för att de ska kunna besvara min frågeställning om pedagogers tankar om sin egen stress i det vardagliga arbetet. Det är tre pedagoger jag har intervjuat; Anna, Lisa och Sandra. Jag avslutar kapitlet med en sammanfattning.

Avdelningen Kamomill har 16 barn inskrivna i åldrarna 1-5. Det är två ettåringar, tre tvååringar och en femåring och tio barn mellan 3-4 år. I januari kommer ytterligare två barn som är ett år gamla.

4.1 Observation - hallen

Hallen på avdelningen Kamomill har nitton hyllor som hänger i barnens höjd. För tillfället går det sexton barn på avdelningen. Det står en bänk i mitten på golvet där pedagogerna kan sitta och hjälpa de mindre barnen att klä på sig. Bredvid ytterdörren finns ett litet element där barnen gärna sitter på när de är färdigklädda, så det blir snabbt fullt där. Det finns en toalett i hallen där skötbordet finns.

4.1.1 Exempel 1 – hallen vid påklädning

Anna, en av pedagogerna, kommer ut i hallen, tittar på mig och säger: ”Då börjar det dagliga kaoset...” Efter det kommer alla de andra ut i hallen samtidigt. Det är trångt och barnen knuffar på varandra.

Lisa säger till en flicka som gör allt annat än att klä på sig. När Lisa säger till ytterligare en gång stärker hon rösten och ropar: ”T.O.V.A.” Pedagogerna är lite överallt, hjälper nån här och nån där, ser till så alla barnen kissar innan de klär på sig och byter blöjor på de mindre barnen.

De barn som är påklädda sätter sig på ett element längs väggen och väntar, det blir snabbt trångt där och de börjar småbråka lite med varandra. En flicka har tagit av sig overallen som hon nyss fick på sig, Sandra suckar och räknar till tio med en glad ton och säger till Lisa, fortsatt med glad ton, men ändå en underton som visar att hon inte är nöjd, ”hon är så...”

Det blir mer och mer stökigt vid ytterdörren och Anna säger: ”Killar spar på buset tills ni kommer ut.” De lugnar sig en liten stund men snart är de igång igen... Lisa och Sandra är klara och går ut. Anna är kvar till sist inne och hon pustar ut när alla barnen kommit ut.

Lisa stärker rösten för att säga till Tova som springer omkring. Även om inte Lisa visar för Tova att hon är irriterad så säger tonfallet det, speciellt när Lisa ropar ”T.O.V.A”. När Sandra räknar högt till tio tolkar jag att hon ger dubbla budskap, hon låter glad men suckandet och räknandet säger något annat. Anna som sa ”Spara på buset tills ni kommer ut” till pojkarna som stod vid dörren och bråkade lite bekräftar deras känslor på ett bra sätt, istället för att bli arg och skälla på dem.

4.1.2 Exempel 2 – hallen vid påklädning

Lisa sitter på bänken med en flicka i knäet. Då kommer en annan flicka och vill hjälpa den mindre på med mössan. Lisa säger: ”Snälla Emma vi väntar med mössan.”

Lisa uppmuntrar en flicka som kämpar med overallen och säger: ”Men vad duktig du är!” En pojke går omkring med stövlarna på sig, både Anna och Lisa har sagt till honom flera gånger att han ska ta av sig stövlarna. Lisa kuper händerna runt munnen för att hon ska höras bättre och ropar: ”ERIC kom!” Han går iväg till målarrummet och kommer tillbaka med en bil som han börjar köra med på bänken.

Anna hjälper en flicka med overallen och säger: ”Vi gör det tillsammans, jag kan ju inte göra det själv utan du måste ju hjälpa till.” Lisa löser en konflikt vid elementet, en pojke vill sitta där fast det inte finns någon plats för honom där...

Lisa ”kastar” sig framåt och får tag i armen på pojken som går runt i stövlarna innan han går iväg. Hon säger: ”nu ska vi klä på oss.” Han vill inte så Lisa hjälper honom. Sandra går ut med de barn som är färdiga. Lisa och Anna klär färdigt de sista barnen, klär på sig själva och går iväg.

Lisa uppmuntrar en flicka och ser hur hon kämpar och till sist klarar av att få på sig overallen. Jag tror att det stärker flickans självkänsla att få höra att någon har sett henne och att hon

klaras av att få på sig overallen själv. Anna gör det också bra då hon säger till flickan att vi gör det tillsammans, då får flickan den stöttning hon behöver för att få på sig overallen, för att en dag klara det helt själv. Lisa kämpar med att få kontakt med Eric som inte vill klä på sig och gå ut. Hon börjar med att kupa händerna runt munnen för att hon ska höras bättre, när det till slut bara är han kvar att kläs på så kastar hon sig fram för att få tag på honom så han inte går iväg igen. Han säger att han inte vill klä på sig så klär Lisa på honom. Hon är inte irriterad eller arg utan bara klär på honom.

4.2 Observation - övergången mellan lunch och vila

De sitter och äter på avdelningen när jag kommer för att observera. Barnen blir lite störda av att jag kommer så de slutar att äta och börjar prata med mig. Jag sätter mig i soffan för att börja skriva. Det är dukat runt tre bord, två bord i det stora allrummet där jag sitter i soffan, och ett bord i ett målarrum. Vilan är uppdelad i två olika. Liggvila för de mindre barnen och sittvila för de större barnen.

4.2.1 Exempel 1

Johan sitter kvar vid bordet för att äta upp sin mat, en annan pojke börjar prata med honom men Lisa säger: ”Du ska inte prata med honom nu, han ska äta upp sin mat.” Då säger Johan: ”Jag vill ha matro.” Lisa: ”Det var ju synd att du inte ville ha matro när vi ville ha det.”

Pedagogerna plockar undan från matborden och säger till de barn som sitter kvar vid borden att de ska äta upp. Det blir lite ”tjat”. Sandra och Lisa tvättar händerna och munnarna på några av de mindre barnen.

Anna står framför soffan och tar ett djupt andetag och säger: ”Åh, nu ska jag bara läsa också.” Sandra går på toaletten innan hon ska gå in på liggvilan. Lisa städar golvet och ska ta hand om disken. Anna säger: ”Hon står och trycker lite.” Lisa: ”Men jag bytte ju blöjan innan maten.” Sandra som har kommit tillbaka från toaletten tittar i blöjan och säger: ”Åh det är bara att göra om...” Lite irriterad på tonen. Lisa går in med de mindre och börjar lägga dem. Anna försöker få ordning i soffan, det stökas lite innan alla nio barn sitter som de ska. Hon blir lite arg, höjer rösten och pratar väldigt tydligt. Anna börjar läsa, barnen pratar mycket så hon slutar läsa och säger: ”Nu tappade jag bort mig så vi får börja om i sagan. Innan hon börjar läsa igen frågar hon en pojke som har lite

svårt att sitta still: ”Vad gör vi på vilan?” Fredric: ”Sitter still... lyssnar på saga... vilar hela kroppen...” Anna börjar åter igen läsa.

När Lisa, Anna och Sandra pratade om blöjan som behövde bytas upplevde jag att Sandra var irriterad. Inte irriterad på flickan som hade bajsat utan på situationen, blöjan var ändå nyss bytt. Man kanske får vara noga med att inte visa någon irritation alls utan bara byta blöjan eftersom det var tvunget att göras.

4.2.2 Exempel 2

Några barn sitter i soffan, några sitter vid lilla bordet där de pusslar och bygger och några leker på golvet. Sandra säger till de barn som ska sitta på sittvilan att sätta sig i soffan. Lisa bäddar för liggvilan och hjälper ett av de mindre barnen som ska sova att kissa på toaletten. Allt går väldigt lugnt tillväga, de pratar med varandra på ett harmoniskt sätt.

Evelina vill inte läsa den bok som Sandra har tagit fram, men Sandra säger: ”Det är ju den bok vi läser nu.” Sedan frågar hon om det är någon som behöver gå på toaletten innan hon börjar läsa. Indra kommer på att hon vill hämta en nalle som ligger på hennes hylla i hallen, så hon går ut i hallen. Lisa kommer fram till soffan och säger till Erika att det är dags att gå in på liggvilan, hon sätter sig på huk framför soffan och frågar om Erika har läst färdigt. Det har hon och hoppar ner från soffan men hon vill inte gå med in till vilan. Lisa lyfter upp henne och går iväg.

Sandra ropar på Indra som fortfarande är i hallen och letar efter sin nalle. Ropar igen: ”Nu måste du komma!” Indra: ”Vänta.” Hon kommer tillbaka till soffan med nallen och en snuttefilt. Sandra börjar läsa.

När Lisa sätter sig på huk framför flickan som bläddrar i en bok och frågar om hon är färdig behandlar hon flickan med respekt. Istället för att ta boken från henne och lyfta upp henne försäkrar Lisa sig om att flickan läst färdigt. Trots att Erika inte vill gå med in på vilan hörs inga proteser när Lisa lyfter upp henne och går iväg.

4.3 Intervjuer

Alla tre är utbildade förskollärare och är utbildade på samma ort men olika årgångar. Lisa är den som har arbetat längst som förskollärare då hon gick ut 1991, Anna blev klar 1999 och Sandra 2003.

Anna, Lisa och Sandra har arbetat tillsammans i fem år. De var på en förskola i ett år sedan fick de öppna en ny avdelning, Kamomill. Den gamla stängdes på grund av att lokalerna inte var anpassade för en förskola. Där de är nu trivs de väldigt bra och de trivs framförallt med varandra. Eftersom de öppnade en ny avdelning fick de prata ihop sig från början och talade om hur de tänkte och ville ha det. De har lärt sig att kompromissa med varandra om de inte är överens från början. ”Vi kompletterar varandra på ett bra sätt” (Anna 2010-12-10).

4.3.1 Den egna stressen i det vardagliga arbetet

Lisa upplever inte att hon är stressad på jobbet, men det finns en del moment som är stressande. I vissa fall är det lunchen som är en stressad situation. Maten kommer en viss tid, det ska dukas och man ska hinna äta och vila. Varannan vecka har de hand om lunchdisken och så ska en av pedagogerna ha rast. Det är mer tidspressat vid lunchen och man kan inte påverka den situationen själv. Frukosten bestämmer de själva över, de lagar den på förskolan och det är ingen styrd aktivitet efter frukosten.

Sandra upplever sig inte så stressad, hon har hög stresströskel. Det kan vara vissa dagar som dock inte har med antalet att göra. Det kan lika gärna vara full barngrupp och lugnt. Det är runt lunch det kan vara stressande, man ska hinna duka, fixa vilan och hinna ta ut rast. En pedagog går hem mitt i allt detta. För att undvika att bli stressad försöker Sandra tänka ett steg längre. Nu är klockan si och så och då ska vi snart göra det. Hon är ett steg före i tanken hela tiden. ”Hur ska jag göra nu för att det här ska bli så smidigt som möjligt... Det är viktigt att tänka på att inte visa för barnen att man är stressad. Man får räkna till tio inne i huvudet och ta ett djupt andetag” (Sandra 2010-12-09).

Anna upplever att hon inte stressar så mycket idag som hon gjorde tidigare. Hon har ett lugnare sätt gentemot barnen. När hon jobbade på en förskola i en annan kommun var det

mycket mer stressigt, då kunde hon gå hem och gråta i tjugo minuter efter ett arbetspass på grund av att hon var så trött. När hon började arbeta med Sandra och Lisa var det en annan sorts stress. Lokalerna var inte anpassade och de hade barn med särskilda behov. Hon kände att hon gav väldigt mycket hela tiden och fick inte så mycket tillbaka. ”Man stressar inte på samma sätt och man har ett annat förhållningssätt. Som i hallen till exempel, man klär inte bara på barnen utan de får försöka själva med lite stöd” (Anna 2010-12-10). Hon tror att stressen påverkar hennes sätt att se på barn, det blir inte bra när hon är stressad. ”När jag är stressad är jag inte den pedagog jag vill vara. Jag är inte ens en bra pedagog då, och tänker inte utan gör bara saker för det ska gå fort och det ska fungera. När jag inte är stressad har jag ett helt annat sätt att se. Man är den pedagog man vill vara när man inte är stressad” (Anna 2010-12-10). Vissa moment kan vara stressande, när barnen river ner något eller liknande, men det är ju helt normalt. För att undvika att bli stressad så räknar hon till tio för att hon ska hinna tänka lite själv istället för att ”gå igång på en gång”. Sedan försöker hon tänka till om det är viktigt just nu det som hänt eller om det är viktigt för henne eller för barnen. Behöver hon stressa upp sig eller inte, oftast inte. För det mesta ligger orsaken till stress hos henne själv. Barnen mår inte dåligt av att de är ute en kvart mindre.

4.3.2 Hallsituationen vid påklädning

Hallsituationen med påklädning kan bli lite rörig. Lisa upplever ändå att de kan ha ett visst lugn där. Hon upplever inte hallen som ett jätteproblem, men säger också att det beror helt på vad man har för barngrupp. ”Nu fungerar det bra, det är många som kan klä sig själv och det är roligt att se hur barnen hjälper varandra” (Lisa 2010-12-09). För några år sedan hade de ett barn som hade svårt att koncentrera sig när det var andra barn i hallen. Då fick en pedagog gå med det barnet till hallen först för att han/hon skulle klä på sig. De gick ut först innan de andra kunde börja sin påklädning, men så är det inte nu.

Sandra tycker inte alltid att hallsituationen är ett stressande moment. Ibland går allting smidigt och barnen är duktiga på att hjälpa varandra. Ibland kan det bli jätterörigt också, särskilt nu när det är så många små barn på avdelningen. Förut hade fler femåringar på avdelningen och då fick de vänta utanför ytterdörren när de hade klätt på sig, nu är det inte så utan alla barn stannar kvar i hallen, vilket blir lite rörigare.

Anna berättar att hallsituationen ser väldigt olika ut från dag till dag. Vissa dagar är det en del barn som lätt blir upptrissade och då är det mer stressigt. Då får man försöka klä på de barnen först så att de kommer ut snabbt. Anna sitter ner på golvet hos barnen. De får komma till henne så att inte hon springer runt. Barnen får göra klart det de håller på med, sedan kommer de ut i hallen. ”Det kan vara ett kaos men det är under kontroll. Man kan tappa greppet, då är det inte roligt. Vi har inte det kaos de mår dåligt av” (Anna 2010-12-10).

4.3.3 Övergången mellan lunch och vila

Lisa tycker att övergångstiden mellan lunch och vila kan bli stressig. Den tiden är begränsad och det är mycket som ska göras, diska, ta rast och byta blöja på de barn som ska på liggvilan. Lisa tycker ändå att det är rätt mysigt att plocka fram nappar och snuttefiltar och gå och vila tillsammans med de mindre barnen. ”Man försöker att inte stressa upp sig utan istället få lugn och ro för barnens skull” (Lisa 2010-12-09).

Övergången mellan lunch och vila är väldigt olika beroende på vilken vila man har, berättar Sandra. ”Har man liggvilan är man väldigt koncentrerad på detta. Man tar barnen ett och ett från bordet, tvättar dem och byter blöjan och går in med dem till rummet där de ska vila. Har man sittvilan är den mycket rörigare och då kan det bli mycket spring. Det kan vara tio barn som ska sitta i soffan. Man måste se till att de har plockat undan, tvättat sig och kissat. Innan man har fått nummer tio i soffan, har de andra nio redan suttit ett tag” (Sandra 2010-12-09).

Övergången mellan lunch och vila tycker Anna är den stund som är mest stressig, speciellt om man har liggvilan. Barnen ska tvättas, och få torr blöja. Man ska hämta snuttefiltar och nappar och så vill man skynda sig så att de ska få mer tid att vila. Men hon upplever det ändå inte som någon negativ stress. Negativ stress har hon upplevt och mått väldigt dåligt av. Hon tycker inte att hon är en dålig pedagog utan behandlar barnen med respekt och är precis så som hon vill vara.

4.3.4 Barngruppsstorlek

Barngruppen är för stor tycker Lisa men det skulle inte hjälpa med en vuxen till. Det skulle vara bättre med färre barn på rumsytan så man kan få kvalitetstid med varje barn. Som det är nu så får de större barnen stå tillbaka för att de mindre kräver mer. Man måste gå efter de små barnen och ha ögonen på dem, för de kan ju skada sig om de klättrar och ramlar eller liknande. Nu får de stora höra ”vänta lite” väldigt ofta. Men man kan ju inte stressa upp sig för att det är en stor barngrupp, det är som det är.

Sandra tycker inte att barngruppen är för stor eftersom de inte har full grupp. Det finns inget ”tak” för hur stor barngrupp det kan vara. De har haft nitton barn som mest och det är vad som får plats i hallen, då är krokarna slut och platserna runt borden räcker inte till fler. ”Det är klart de skulle lika gärna kunna sätta in fler barn, det vet man ju inte... Så länge det finns kö kommer de fortsätta sätta in barn, så vi får väl se...” (Sandra 2010-12-09). Men hon tycker inte det ska vara fler än arton barn, speciellt inte nu när det redan är så många små barn.

Anna tycker inte att barngruppen är för stor, de har inte full barngrupp. Mindre än sexton barn som de har idag är det ju aldrig. När Anna arbetade i en annan kommun var barngruppen för stor. Det var 26 barn varav fyra barn som var på förskolan femton timmar per vecka. Då var hon och hennes dåvarande kollegor stressade. ”Det blev barnpassning och det var inte roligt” (Anna 2010-12-10). Alla hon arbetade med blev utbrända.

4.4 Sammanfattning

Pedagogerna ser barnen, uppmuntrar dem när de lyckas med att till exempel ta på sig overallen själv. Men det förekommer även lite dubbla budskap som att pedagogerna säger en sak medan kroppsspråket eller en suck säger något annat. Det kan i och för sig bero på dagsformen hos pedagogerna. Vid ett tillfälle när Lisa försöker få kontakt med Eric som inte vill klä på sig och när hon får tag på honom så hjälper hon honom utan irritation. Anna bekräftar pojkarna, som står vid ytterdörren och småbråkar lite, att de vill komma ut och leka. Hon skäller inte på dem utan säger bara ”spara på buset tills ni kommer ut”. Även Lisa

behandlar Erica, som sitter och läser i soffan, respektfullt när Lisa frågar henne om hon har läst klart.

Pedagogerna upplever inte sig själva att de är stressade på arbetet. Alla tre säger att det finns stressande situationer, som till exempel vid lunchen. Då ska det dukas, diskas, en av pedagogerna ska ta sin rast och man har antingen hand om sittvilan eller liggvilan. Ingen av pedagogerna upplever att hallsituationen vid påklädning är stressande situation. Den kan vara rörig ibland beroende på dagsformen hos barnen eller att de har många mindre barn som de får hjälpa att klä på. Övergången mellan lunch och vila däremot tycker de alla tre kan vara stressig, särskilt den veckan de har hand om disken. Anna tycker att det är mer stressigt om hon har hand om liggvilan. Då ska det bäddas, plockas fram snuttefiltar och nappar och så vill hon att barnen ska få så lång tid som möjligt att vila. Sandra däremot tycker att det är mer stressigt att ha hand om sittvilan, då ska man se till att alla barnen plockar undan efter sig, tvättar händer och munnen och kissar innan de sätter sig i soffan. Har man tio barn som ska sitta på sittvilan kan de barn som sätter sig först få sitta en lång stund innan alla barn har satt sig.

Lisa tycker att barngruppen är för stor nu hon tycker att det skulle vara färre barn på rumsytan för att få mer kvalitetstid med varje barn. Nu är det ganska många mindre barn som kräver mer tillsyn. Men varken Anna eller Sandra tycker att barngruppen är för stor då de inte har full barngrupp.

5 Diskussion

5.1 Metoddiskussion

I min undersökning valde jag att använda mig av observationer och intervjuer. Jag anser att de hjälpte mig att få svar på mina frågeställningar. När jag utförde observationerna märkte jag att barnen kom av sig lite när jag dök upp på avdelningen. Speciellt vid observationerna av övergången mellan lunch och vila. Barnen slutade upp att äta och ville gärna prata med mig och frågade vad jag skrev. Kunde ha gjort det annorlunda genom att vara på avdelningen lite längre och inte komma mitt i maten. Det hade nog varit bättre om jag kommit senare på förmiddagen och suttit i soffan under hela måltiden. Nu satte jag mig i soffan med mitt block och började skriva på en gång, för att de skulle återgå till måltiderna. När jag satt i hallen och observerade kom det fram något barn och bad mig om hjälp med vantar. I stort sätt var jag en icke-deltagande observatör, men blev deltagande en kort stund då jag hjälpte till med att dra overallen över vantarna. Det var svårt att säga nej när det gällde en sådan liten sak att hjälpa till med. Hade det blivit mer hade jag bett barnen att gå till pedagogerna för att få hjälp.

Genom att intervjua pedagogerna fick jag höra hur de tänker om sin egen stress i det vardagliga arbetet på förskolan. Jag genomförde intervjuerna på lite olika sätt, vilket berodde på att det bara var Lisa och Sandra kvar när jag skulle intervjua Lisa. Vi kunde inte lämna Sandra ensam kvar med de barn som var kvar. Vi satt därför kvar på avdelningen och jag skrev ner det hon sa. Det gick bra att göra så, men missade en del av vad Lisa sa på grund av att det var några barn runt omkring oss. Vi hade ändå ett bra samtal. Det gick inte att ordagrant skriva ner vad hon sa. Jag satt i personalrummet när jag intervjuade Sandra och spelade in vårt samtal. Det var lättare än att skriva ner svaren. Jag och Anna satt i målarrummet och jag spelade även in det samtalet. Målarrummet ligger lite avsides så vi kunde sitta ifred. Hade jag haft mer tid skulle jag velat ha en gruppintervju också, mer som en diskussion med alla pedagogerna om barngruppstorleken och deras egen stress i det vardagliga arbetet.

5.2 Resultatdiskussion

Syfte med denna undersökning har varit att bidra med kunskap om pedagogers tankar om och handlingar i potentiellt stressfyllda situationer på förskolan. Mina frågeställningar var: Hur

bemöter pedagogerna barnen i situationer som kan bli stressfyllda, i hallen vid påklädning och vid övergången mellan lunch och vila? Hur tänker pedagogerna om sin egen stress i det vardagliga arbetet? Genom observationerna har jag sett hur pedagogerna bemöter barnen och genom intervjuerna av pedagogerna fick jag höra hur de tänker kring sin egen stress och de strategier de har om det blir någon konflikt med barnen. När Anna sa till mig vid den första observationen ”Nu börjar det dagliga kaoset” hade hon redan en föreställning om att det blir kaos. Då kanske hon hjälper barnen mer än nödvändigt, tänker inte utan bara gör för att det ska gå fort och blir då inte den pedagog hon vill vara. Den barnsyn du som pedagog har, påverkar hur du bemöter barnen. Är du stressad kan du göra mer saker än nödvändigt för barnen, som till exempel att du klär på barnen i hallen utan att de får försöka själva och utvecklas på egen hand. Det är viktigt att se barn som aktiva och deltagande människor och inte som passiva mottagare av vuxnas handlingar (Markström & Halldén, 2009). Jag kunde tydligt se den strategi pedagogerna har att räkna till tio, om de blev irriterade. Jag tror att det ska göras tyst istället för att med en glad ton räkna högt. Kroppsspråket kan säga något helt annat än den glada ton som hörs. Är man medveten om att det som inte sägs högt till exempel kroppsspråket eller prosodi, ingår i kommunikationen (Stier, 2009) tänker man mer på hur man faktiskt agerar gentemot barnen. I stundens hetta är det förmodligen inte så lätt...

Anna och Sandra tyckte inte att barngruppen de har nu är för stor, eftersom de inte har full barngrupp. Lisa tyckte dock att barngruppen är för stor redan nu, vilket kan leda till stress då det kommer två barn till i januari. Det läggs stort fokus på de mindre barnen av naturliga orsaker, då man behöver se efter dem mer så de inte skadar sig eller smiter ut, och de större barnen kan hamna i skymundan. Kraven som ställs på de större barnen är ganska stora, att leka själva och vänta tills någon pedagog kan lämna de mindre. Här tycker jag att det skulle vara en pedagog som har huvudansvaret för de mindre, en annan pedagog för de större och den tredje som går emellan. Sedan får man naturligtvis ha olika dagar som man har huvudansvaret. Pedagogerna på avdelningen Kamomill ser barnen, uppmuntrar dem när de lyckas med att till exempel ta på sig overallen själv. Det kan leda till fler stressande situationer när de får fler barn till avdelningen, men pedagogerna gör ändå sitt absolut bästa för att det ska bli så bra som möjligt för barnen. De låter inte situationen gå ut över barnen. Jag tror precis som Gotvassli (2002) att om man strukturerar upp dagarna och förbereder det man ska göra den kommande dagen, kan man reducera stressnivån. Det man gör behöver inte vara perfekt. Det räcker att det blir bra och jag tror inte att barnen lider av det.

De politiker som fattar beslut om gruppstorlek på barngruppen kan uppfattas som att de är långt ifrån verkligheten. Lisa sa när jag intervjuade henne att det inte skulle bli bättre med ytterligare en pedagog, det skulle leda till att det blir mer rörigt på avdelningen. Med tanke på hur lokalen på avdelningen Kamomill är och den personaltäthet de har anser jag att det lämpligast att ha en barngrupp på 16 barn. Man måste även tänka på att ju fler barn det är på avdelningen desto högre blir ljudnivån. Enligt Skolverket (2005) är en gruppstorlek på 15 barn att föredra för att barnen ska utvecklas på bästa sätt. Ellneby (1999) menar att det finns forskning som visar att personal som arbetar i mindre barngrupper får bättre social kontakt med barnen. De känner sig tryggare och blir mer involverade i vad som händer på förskolan. När barngrupperna blir allt större blir det svårare att se till det enskilda barnet. Forskning visar att barngrupperna bara blir större och personaltätheten minskar (Kihlbom, Lidholt & Niss, 2009). Varför är det så? Är det bara ekonomin som styr? Jag tycker att det vore bättre att man har ett ”tak” för hur stor barngruppen ska vara och att man öppnar fler förskolor om behovet finns.

Övergången mellan lunch och vila är en tid som finns där vare sig man vill eller inte. Vad ska man göra åt den situationen? Pedagogerna måste få disken gjord och ta sin rast. Det är i soffan det blir rörigt och, som Sandra sa i sin intervju, att när det tionde barnet kommer på plats i soffan har de andra nio redan suttit en bra stund. Pedagogerna upplever det som en stressad situation att hålla de barn som kissat på toaletten och tvättat sig lugna i soffan, så de kan varva ner. Samtidigt ska pedagogerna se till att de resterande barnen hamnar i soffan relativt fort. Jag tror att om man har massage vid vilan och vuxenledda beröringslekar kan det göra att barnen somnar och att de även ökar sin koncentrationstid. Barnens aktivitetsnivå sjunker när de får ro (Jelvéus, 1998). De barn som sätter sig först i soffan kan börja med någon form av massage med pedagogens hjälp.

Arbetslaget på avdelningen Kamomill har fått förmånen att prata igenom redan från grunden hur de vill att deras verksamhet ska se ut. Jag tror att det har gjort att de känner sig väldigt trygga med varandra och de kan lita på varandra. När ett arbetslag trivs ihop blir det avstressande i sig, jag anser att det blir en harmonisk miljö. Eftersom pedagogerna har arbetat ihop i fem år, har också tilliten till varandra stärkts. De trivs tillsammans, har roligt och är trygga med varandra och det blev tydligt när jag gjorde mina observationer. Genom erfarenhet

av olika VFU-platser har jag sett att det finns arbetslag som inte fungerar ihop, och då blir det en stress.

5.3 Slutsats

Jag anser att jag har uppfyllt mitt syfte med undersökningen genom de observationer och intervjuer jag har gjort. Pedagogerna upplever inte sig själva som stressade men det kan finnas stressande situationer som till exempel vid lunchen. Jag anser att pedagogerna bemöter barnen på ett bra sätt i hallsituationen då de uppmuntrar barnen mycket när de klarar av något själva och även då barnen hjälper varandra. Övergången mellan lunch och vila upplever jag som stressfylld då de har verksamheten att ta hänsyn till, så att de ska hinna med köket och rasten och då kan det vara svårt att alltid bemöta barnen på ett bra sätt. Det händer att pedagogerna låter mer irriterad på rösten då de barn som sitter i soffan har svårt att sitta still och vänta på att pedagogerna ska komma och läsa för dem. Jag tror att massage vid vilan kan hjälpa barnen att gå ner i varv.

Man skulle dock kunna organisera arbetet på ett annat sätt så att övergången mellan lunch och vila blir en mindre stressad situation. Men jag vet inte om de förslag jag tog upp i diskussionen fungerar i verkligheten. Pedagogerna på avdelningen Kamomill har flera års erfarenhet av att arbeta på en förskola och det har inte jag.

5.4 Förslag på fortsatt forskning

Det har varit intressant att genomföra undersökningen och jag upptäckte att det finns många fler moment på förskolan som jag skulle vilja titta på, som till exempel sittvilan eller hur barnen samarbetar och hjälper varandra. Jag fick uppfattningen att pedagogerna på avdelningen Kamomill inte tyckte att sittvilan fungerade så bra. Jag skulle vilja titta mer på hur den kan förändras så att den blir avslappnad istället för en stressad situation. Jag fick även höra i intervjuerna att pedagogerna ofta ser hur barnen hjälper varandra. I vilka situationer hjälper barnen varandra och hur går de till väga?

Referenser

Litteratur

- Abdolkarim, Assadi & Skansén, Jan. (2000) *Stresshandboken*. Lund: Studentlitteratur.
- Bell, Judith. (2007) *Introduktion till forskningsmetodik* (4 uppl.). Danmark: Studentlitteratur.
- Brodin, Marianne & Hylander, Ingrid. (2002) *Själv-känsla*. Stockholm: Liber AB.
- Ellneby, Ylva.(1999) *Om barn och stress och vad vi kan göra åt det*. Falköping: Natur och kultur.
- Gotvassli, Kjell-Åge.(2002) *En kompetent förskolepersonal*. Lund: Studentlitteratur.
- Jelvéus, Lena. (1998) *Berör mig!* Oskarshamn: Sveriges Utbildningsradio AB.
- Johansson, Eva & Pramling Samuelsson, Ingrid. (red.) (2003) *Förskolan – barns första skola!* Lund: Studentlitteratur.
- Kihlbom, Magnus, Lidholt, Birgitta & Niss, Gunilla. (2009) *Förskola för de allra minsta*. Stockholm: Carlsson bokförlag.
- Läraryrket (2006) *Lärarens handbok*. Solna.
- Löfdahl, Annica. (2004) *Förskolebarns gemensamma lekar – mening och innehåll*. Malmö: Studentlitteratur.
- Markström, A-M. & Halldén, G. (2009). *Children´s Strategies for Agency in Preschool*. *Children & Society*. 23. 112-122.
- Patel, Runa & Davidsson Bo. (2003) *Forskningsmetodikens grunder*. Studentlitteratur.
- Sommer, Dion. (2005) *Barndomspsykologiska fasetter*. Slovenien: Liber AB.

Stier, Jonas. (2009) *Kulturmöten en introduktion till interkulturella studier*. Lund: Studentlitteratur.

Wikare, Ulla, Berge, Birgit & Watsi, Christina. (2006) *Förskola, skola, fritidshem*. Falköping: Liber AB.

Woxberg, Lotta. (2005) *Stress i unga år*. Jönköping: Brain Books AB.

Währborg, Peter. (2009) *Stress och den nya ohälsan*. Stockholm: Natur och kultur.

Elektroniska källor

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*.

www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf (2010-12-03, kl 11.15)

Skolverket (2005). *Allmänna råd och kommentarer för kvalitet i förskolan*.

[http://www.skolverket.se/sb/d/193/url/0068007400740070003a002f002f007700770034002e0073006b006f006c007600650072006b00650074002e00730065003a0038003000380030002f00770074007000750062002f00770073002f0073006b006f006c0062006f006b002f0077007000750062006500780074002f0074007200790063006b00730061006b002f005200650063006f00720064003f006b003d0031003300390037/target/Record?k=1397](http://www.skolverket.se/sb/d/193/url/0068007400740070003a002f002f0077007700770034002e0073006b006f006c007600650072006b00650074002e00730065003a0038003000380030002f00770074007000750062002f00770073002f0073006b006f006c0062006f006b002f0077007000750062006500780074002f0074007200790063006b00730061006b002f005200650063006f00720064003f006b003d0031003300390037/target/Record?k=1397) (2010-12-03, kl 13.40)

Intervjuguide

1. Kan du berätta lite om din bakgrund, utbildning, yrkeserfarenheter, hur länge du jobbat här på förskolan?
2. Hur tycker du stressen är idag jämfört med tidigare?
3. Upplever du att du är stressad på jobbet?
Om ja, varför är du stressad? Är det några särskilda situationer?
Om nej, hur gör du för att undvika att bli stressad?
4. Hur upplever du hallsituationen?
5. Hur upplever du övergången mellan lunch och vila?
6. Upplever du att barngruppen är för stor?
Om ja, hur förhåller du dig till att det är så? Vad skulle du vilja göra åt situationen?
Om nej, vart går smärtgränsen för en för stor barngrupp och varför?

Till föräldrar vid XXX förskola avdelning XXX

Jag är en lärarstudent från Karlstads universitet, vid namn Pernilla Adolfsson. Under några veckor (47-49) kommer jag att finnas på era barns förskola, för att samla data inför mitt examensarbete. Jag är intresserad av att få veta om pedagogerna på förskolan upplever stress. Jag kommer att observera vardagsrutiner där era barn deltar. Jag har fått tillåtelse av rektor och pedagoger att genomföra detta.

Data som samlas in kommer endast att användas i mitt examensarbete, pedagoger och annan skolpersonal kommer inte att få tillgång till mina insamlade data. När studien är genomförd kommer all insamlad data att förstöras. Alla namn på barn, pedagoger och förskola kommer att bytas ut när studien publiceras för att garantera alla inblandade anonymitet.

Min studie kommer att avrapporteras som ett examensarbete vid lärarutbildningen vid Karlstads universitet och finnas tillgängligt att läsa på www.kau.se/bibliotek.

För att kunna genomföra studien behöver jag tillåtelse från er föräldrar att observera era barn, och dokumentera deras vardag på förskolan. Det är frivilligt att delta i min studie, barn och vårdnadshavare kan när som helst välja att dra sig ur.

Fyll i talongen och lämna till personalen på XXX senast 2010-11-19.

Examensarbete om pedagoger och stress i förskolan

Jag tillåter att mitt/mina barn deltar i observationer i vardagssituationer på förskolan

Jag vill inte att mitt/ mina barn deltar i observationer i vardagssituationer på förskolan

Barnet/barnens
namn.....

Vårdnadshavares
underskrift.....

Ort och datum.....

Till pedagogerna vid XXX förskola avdelning XXX

Under veckorna 47-49 kommer jag, Pernilla Adolfsson, att finnas på din förskola, för att samla data inför mitt examensarbete. Jag har fått muntlig tillåtelse av rektor, XX XXX, att genomföra detta.

Jag är intresserad av att få veta om ni upplever att det finns situationer där ni som pedagoger känner er stressade. Jag kommer att observera vardagssituationer på förskolan och även intervjua er pedagoger.

Data som samlas in kommer endast att användas i mitt examensarbete, ingen annan kommer inte att få tillgång till mina insamlade data. När studien är genomförd kommer all insamlad data att förstöras. Alla namn på barn, pedagoger och förskolan kommer att bytas ut när studien publiceras för att garantera alla inblandade anonymitet.

Min studie kommer att avrapporteras som ett examensarbete vid lärarutbildningen vid Karlstads universitet och finnas tillgängligt att läsa på www.kau.se/bibliotek.

För att kunna genomföra studien behöver jag ditt samtycke till att intervjua er och observera vardagssituationerna på förskolan. Det är frivilligt att delta i min studie och DU kan när som helst välja att dra dig ur.

Fyll i talongen senast 2010-11-19

Jag har fått information om studien och dess syfte och samtycker till att delta i studien om ”pedagoger och stress i förskolan”

Underskrift.....

Ort och datum.....