



# Resiliens hos småbarnsfamiljer

## Småbarnspedagogikens betydelse och inverkan

Marie Grandell, Janina Lindqvist & Jenna Rehnström

Lärdomsprov

Det sociala området

2024

# Lärdomsprov

Marie Grandell, Janina Lindqvist & Jenna Rehnström

Resiliens hos småbarnsfamiljer. Småbarnspedagogikens betydelse och inverkan.

Yrkehögskolan Arcada: Det sociala området, 2024.

## Uppdragsgivare:

Stiftelsen Bensow.

## Sammandrag:

Syftet med detta lärdomsprov är att undersöka hur småbarnspedagogiken kan bidra till att stärka småbarnsfamiljers resiliens, det vill säga deras förmåga att hantera utmaningar och återhämta sig från stress. Genom att analysera sambandet mellan pedagogiska insatser och familjers välbefinnande strävar studien efter att tydliggöra hur småbarnspedagogiken fungerar som ett stöd för både barn och vårdnadshavare. Studien baseras på en allmän litteraturoversikt som sammanställer aktuell forskning om resiliens hos barn i åldern 1–5 år och deras familjer, med särskilt fokus på småbarnspedagogikens roll. För att säkerställa forskningens kvalitet och relevans har inklusions- och exklusionskriterier använts, och endast vetenskapliga artiklar publicerade mellan 2014 och 2024 på svenska, finska eller engelska har inkluderats. Innehållsanalys används som analysmetod, där materialet studeras systematiskt utifrån relevanta teorier och modeller. Analysen följer en femstegsprocess som syftar till att identifiera mönster och kategorier. Resultaten visar att faktorer som emotionell utveckling, tidig anknytning, socialt stöd samt vuxnas engagemang är avgörande för resiliens. En trygg och stödjande pedagogisk miljö, där förtroendefulla relationer och känslomässigt stöd prioriteras, stärker barnens förmåga att hantera livets utmaningar. Vidare framkommer att småbarnspedagogik fungerar som en viktig skyddsfaktor för familjer i utsatta situationer, genom att erbjuda struktur, stabilitet och emotionellt stöd. Studien betonar betydelsen av samarbete mellan pedagoger och vårdnadshavare för att skapa en helhetssyn på barnets utveckling och välbefinnande, vilket i sin tur främjar både barnens och familjens förmåga att möta livets svårigheter.

**Nyckelord:** småbarnspedagogik, resiliens, familjedynamik, skyddsfaktorer, barns utveckling, socialt stöd

# Degree Thesis

Marie Grandell, Janina Lindqvist & Jenna Rehnström

Resilience in Families with Young Children: The Importance and Impact of Early Childhood Education

Arcada University of Applied Sciences: Bachelor of Social Services, 2024

## Commissioned by:

Foundation Bensow

## Abstract:

The purpose of this thesis is to explore how early childhood education can contribute to strengthening the resilience of families with young children, that is, their ability to cope with challenges and recover from stress. By analyzing the relationship between pedagogical interventions and family well-being, the study aims to clarify how early childhood education functions as a support for both children and parents. The study is based on a general literature review that compiles current research on resilience in children aged 1-5 years and their families, with a particular focus on the role of early childhood education. To ensure the quality and relevance of the research, inclusion and exclusion criteria were applied, and only scientific articles published between 2014 and 2024 in Swedish, Finnish, or English were included. Content analysis is used as a method of analysis, where the material is systematically studied according to relevant theories and models. The analysis follows a five-step process aimed at identifying patterns and categories. The results show that factors such as emotional development, early attachment, social support, and adult engagement are crucial for resilience. A safe and supportive educational environment, where trust-based relationships and emotional support are prioritized, strengthens children's ability to cope with life's challenges. Furthermore, early childhood education is found to be an important protective factor for families in vulnerable situations by providing structure, stability, and emotional support. The study emphasizes the importance of collaboration between educators and parents to create a holistic view of the child's development and well-being, which in turn enhances both the child's and the family's ability to face life's difficulties.

**Keywords:** early childhood education, resilience, family dynamics, protective factors, child development, social support

# Innehåll

<b>1</b>	<b>Inledning</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>Bakgrund</b>	<b>7</b>
2.1	Vad är resiliens?	7
2.2	Tecken på resiliens hos barn	8
2.3	Lagen om småbarnspedagogik	9
2.4	Grunderna för planen för småbarnspedagogik	9
<b>3</b>	<b>Tidigare forskning</b>	<b>10</b>
3.1	Forskning om barns resiliens på global nivå	10
3.2	Barns resiliens inom småbarnspedagogiken	10
3.3	Småbarnspedagogers perspektiv på resiliens	11
<b>4</b>	<b>Syfte och frågeställning</b>	<b>13</b>
<b>5</b>	<b>Teoretisk referensram</b>	<b>13</b>
5.1	John Bowlbys anknytningsteori	13
5.2	Bronfenbrenners systemekologiska teori	15
5.3	Det salutogena perspektivet – salutogenes	17
5.3.1	KASAM	19
5.3.2	KASAM och barnfamiljers resiliens	20
<b>6</b>	<b>Metod</b>	<b>21</b>
6.1	En allmän litteraturstudie	21
6.2	Datainsamling	22
6.3	Urvalskriterier	23
6.4	Kvalitetsgranskning	24
6.5	Analysmetod	25
6.6	Etiska aspekter	26
<b>7</b>	<b>Resultat</b>	<b>27</b>
7.1	Faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens	28
7.1.1	Emotionell utveckling & tidig anknytning	29
7.1.2	Individuella faktorer: Temperament, ålder och kön	30
7.1.3	Risk- och skyddsfaktorer	31
7.1.4	Sociala nätverk som stöd för småbarnsfamiljers resiliens	32
7.2	Hur småbarnspedagogiken stärker småbarnsfamiljers resiliens	32
7.2.1	Trygghet och samverkan	33
7.2.2	Pedagogens roll i att stärka barn och familjers resiliens	34
7.2.3	Socialt lärande genom lek och lärmiljöer	36
<b>8</b>	<b>Diskussion</b>	<b>37</b>
8.1	Resultatdiskussion	38
8.1.1	Nyckelfaktorer för att stärka småbarnsfamiljers resiliens	38

8.1.2	Faktorer i småbarnspedagogiken som främjar barn och familjers resiliens .....	40
8.2	Metoddiskussion .....	42
8.3	Användbarhet och förslag på vidare forskning.....	44
<b>Källor</b>	.....	<b>46</b>
<b>Bilagor</b>	.....	<b>50</b>

# 1 Inledning

Resiliens hos småbarnsfamiljer är ett viktigt ämne i dagens samhälle, där familjer ofta är utsatta för en mängd påfrestningar. Småbarnspedagogiken har en central roll i att stärka familjernas motståndskraft genom att erbjuda socialt, emotionellt och praktiskt stöd. Genom att skapa en trygg och stöttande pedagogisk miljö kan småbarnspedagogiken hjälpa både barn och vårdnadshavare att utveckla de strategier som behövs för att möta både vardagliga och oväntade utmaningar.

I vårt lärdomsprov kommer vi att öppna upp mera ingående om begreppet resiliens och hur det syns hos barnfamiljer i olika situationer, samt hur småbarnspedagogiken inverkar på barnfamiljers resiliens. Vi kommer även att skriva om olika teorier som stärker barns och familjers välbefinnande. Detta är ett ämne som står oss nära hjärtat och intresserar oss. Pedagoger i vårt arbete syftar på personal som jobbar inom småbarnspedagogiken, såsom socionomer inom småbarnspedagogik, lärare inom småbarnspedagogik och barnskötare inom småbarnspedagogik.

När vi tänker på resiliens och barnfamiljer är termen *socialt nätverk* ett användbart begrepp för att diskutera hur familjer förhåller sig till världen utanför hemmet. Sociala nätverk ger både känslomässigt och praktiskt stöd till vårdnadshavare, påverkar deras sätt att fostra barnen och fungerar som förebilder genom att visa hur andra hanterar sina relationer med sina barn. De flesta barnfamiljer i dagens läge har många sociala kontakter utanför familjens krets, inklusive far- och morföräldrar, kusiner och vänner som ofta har barn i samma ålder. Forskning visar att sociala nätverk spelar en viktig roll för att familjemedlemmarna ska kunna hantera både vardagslivet och olika former av kriser och påfrestningar. Om en vårdnadshavare till exempel blir arbetslös eller sjuk, kan nätverket erbjuda stöd, både ekonomiskt och på andra sätt. (Hwang & Nilsson, 2019)

## 2 Bakgrund

Småbarnspedagogiken utgör en central del av det finländska utbildningssystemet och barnets utvecklingsväg. Småbarnspedagogikens uppgift är att hjälpa barnet utveckla sin förmåga till samverkan och växelverkan. Barnet får lära sig att respektera andra och att leka och göra andra saker tillsammans med andra barn. Barnet ska även ges möjlighet att vara med och påverka sådana ärenden som berör hen själv. Vårdnadshavarna har det huvudsakliga ansvaret för sina barns fostran, medan småbarnspedagogiken kompletterar detta och främjar barnens välbefinnande. Den nationella styrningen syftar till att skapa likvärdiga förutsättningar för alla barn inom småbarnspedagogiken för att stödja deras helhetsmässiga uppväxt, utveckling och lärande. (Utbildningsstyrelsen, 2022)

För att få en insikt i hur barn utvecklar förmågan att hantera motgångar och stress är det centralt att utforska teorier kring resiliens och social samt emotionell utveckling. Resiliens påverkas av en mängd faktorer, inklusive relationer och miljöer som främjar trygghet och stöd.

### 2.1 Vad är resiliens?

Resiliens handlar om hur människor, särskilt barn, klarar av svårigheter och återhämtar sig efter problem. Enligt Eriksson (2015) betyder resiliens att kunna stå emot problem och återhämta sig. Masten & Barnes (i Furu & Heikkilä, 2022) beskriver det som förmågan att hantera motgångar och kriser. Det visar sig hos barn som lyckas anpassa sig och hantera svårigheter, även i tuffa miljöer. Varje barn reagerar olika på stress och risker. Furu och Heikkilä (2022) breddar begreppet resiliens och menar att det gäller både individer och grupper, som familjer, samhällen eller inom småbarnspedagogiken. De betonar att resiliens ofta bygger på samarbete och relationer – hur vi hanterar svårigheter tillsammans. Sammanfattningsvis ser Eriksson och Masten & Barnes resiliens mer som en individuell förmåga, medan Furu och Heikkilä framhåller vikten av samarbete.

Det är också viktigt att förstå skillnaden mellan "resiliens" och "resilient". "Resilient" handlar om egenskaper som finns "inuti barnet" och kan ses som ett personlighetsdrag. Det kan variera beroende på situationen. Resiliens å sin sida handlar om hur barnets egenskaper samspelar med omgivningen. Det handlar om hur barn och deras miljö

påverkar varandra, vilket visar hur viktigt det är med sociala relationer och stöd för att utveckla resiliens, både hos barn och i grupper. (Borge, 2011; Furu & Heikkilä, 2022)

## **2.2 Tecken på resiliens hos barn**

Resiliens är en viktig förmåga som hjälper både barn och vuxna att hantera motgångar och utmaningar. Furu och Heikkilä (2022) beskriver flera synliga tecken som tyder på att ett barn eller en vuxen har utvecklat resiliens. Ett av de mest synliga tecknen är förmågan att engagera sig och finna mening i lärande, lek och relationer. Barn som visar denna förmåga brukar också ha rimliga förväntningar på sig själva och sin omgivning, vilket är avgörande för deras välmående.

En annan central aspekt av resiliens hos barn är social kompetens. Detta innebär att barnet kan bygga positiva relationer med både vuxna och kamrater. Forskning visar enligt Furu & Heikkilä (2022) att det är avgörande för barn att ha en "viktig vuxen" i sitt liv, alltså någon som verkligen tror på dem och ger dem stöd. Denna person behöver inte nödvändigtvis vara en vårdnadshavare; det kan även vara pedagoger inom småbarnspedagogiken.

Vidare beskriver Furu & Heikkilä (2022) problemlösningsförmåga som en viktig del av resiliens. Barn som kan tänka på ett mer avancerat sätt, använda sina tidigare erfarenheter och se olika sätt att hantera situationer har lättare att klara av svårigheter. Kritisk medvetenhet är också avgörande. Det innebär att barnet förstår hur samhällsstrukturer och normer påverkar individer och grupper, och att det kan utveckla strategier för att konstruktivt hantera denna påverkan. Autonomi är ytterligare en central aspekt av resiliens. Barn som har en stark känsla för sin identitet och integritet, samt möjlighet att agera självständigt, visar en ökad förmåga att hantera livets utmaningar. Detta inkluderar att de får stöd av vuxna för att skapa kontroll och överblick över sina liv.

Slutligen innebär känslan av mening att barnet har mål, idéer, önskemål och drömmar, samt en tro på en positiv framtid. Även om dessa förmågor måste förstås i förhållande till barnets ålder, är de alla viktiga och relevanta för barn i alla åldrar. Tillsammans

utgör dessa tecken på resiliens en stark grund för barn och familjer att navigera genom livets svårigheter. (Furu & Heikkilä, 2022)

### **2.3 Lagen om småbarnspedagogik**

Den centrala lagstiftningen inom småbarnspedagogik i Finland är lagen om småbarnspedagogik (540/2018). Den ställer krav på att småbarnspedagogiken ska vara likvärdig och av hög kvalitet. Lagen betonar barnens rätt till utbildning och omsorg som främjar deras helhetsmässiga utveckling och välbefinnande. Verksamheten ska utformas så att den är i överensstämmelse med grundläggande demokratiska värderingar och de mänskliga rättigheterna, inklusive FN:s barnkonvention, som Finland ratificerade 1991.

### **2.4 Grunderna för planen för småbarnspedagogik**

*Grunderna för planen för småbarnspedagogik* är en nationell föreskrift från Utbildningsstyrelsen (2022), baserad på lagen om småbarnspedagogik. Denna föreskrift styr utarbetandet av lokala planer och individuella barns planer inom småbarnspedagogiken, som ska följas i verksamheten. Förnyelsen av grunderna, genomförd den 18 februari 2022, anpassades till ändringar i lagen om småbarnspedagogik, som framhäver barnets rätt till småbarnspedagogik och målen för verksamheten. Förskoleundervisningen, som regleras av lagen om grundläggande utbildning, är också en del av småbarnspedagogiken och styrs av Utbildningsstyrelsens föreskrifter för förskoleundervisningens läroplan.

Lärområdena i den pedagogiska verksamheten utgör grundpelarna för att skapa en mångsidig och helhetsskapande lärmiljö för barnen. De stärker även barnens mångsidiga kompetenser. Dessa områden, som följer grunderna för förskoleundervisningens läroplan, omfattar fem centrala teman: ”språkens rika värld”, ”mina många uttrycksformer”, ”jag och vår gemenskap”, ”jag utforskar min omgivning” och ”jag växer, rör på mig och utvecklas”. I stället för att genomföra dessa lärområden som separata enheter är det viktigt att kombinera och anpassa deras teman utifrån barnens intressen och kompetenser. Detta tillvägagångssätt skapar en mer integrerad och relevant pedagogisk upplevelse som stödjer barnens helhetsutveckling. (Utbildningsstyrelsen, 2022)

### **3 Tidigare forskning**

I detta kapitel redogör vi för tidigare forskning kring barns resiliens och småbarnspedagogikens inverkan. Vi valde att dela upp detta kapitel i tre teman som vi anser ger en överblick över vårt valda ämne. Till sökarbetet använde vi bland annat EBSCO, Sage och Arcada Finna och vi använde sökord som ”resilience or resilient”, ”children or early childhood”, ”perspectives”, ”family”, och ”kindergarten”

#### **3.1 Forskning om barns resiliens på global nivå**

Masten (2014) har skrivit en artikel som handlar om hur barns utveckling globalt hotas av katastrofer, politiskt våld, pandemier och andra svårigheter som kan ha livsavgörande konsekvenser för individer, familjer och samhällets framtid. Exempel på dessa händelser inkluderar terrorattackerna 9/11, tsunamin i Indiska oceanen 2004 och jordbävningen och kärnkraftsolyckan i Japan 2011. Varje år utsätts miljontals barn för sådana katastrofer, konflikter, missbruk, människohandel och andra former av exploatering, vilket har ökat den globala oron för barns säkerhet och samhällets framtid.

Masten (2014) betonar i sin artikel bristen på beredskap för att hantera dessa kriser och lyfter fram vikten av forskning om resiliens. Författaren diskuterar två huvudfrågor: varför global forskning om resiliens är viktig för utvecklingsvetenskap och hur utvecklingsvetenskap kan bidra till global resiliens. Texten erbjuder också en historisk översikt av forskning om resiliens inom barnutveckling och beskriver framsteg mot en global kunskapsbas om barns resiliens.

Avslutningsvis uppmanar Masten (2014) utvecklingsforskare att agera för att förbättra förståelsen och stödet för barns resiliens på en global nivå.

#### **3.2 Barns resiliens inom småbarnspedagogiken**

Artikeln av Archdall & Kilderry (2016) syftar till att undersöka hur resiliens definieras och diskuteras i litteraturen, samt att presentera resultat från en mindre studie om småbarnspedagogers förståelse av resiliens inom läroplanen. Författarna ifrågasätter betydelsen av resiliens i pedagogisk praktik och hur forskningen beskriver pedagogers roll i

att stödja barns resiliens. De använder en litteraturöversikt och en mindre kvalitativ studie för att få insikter om pedagogers syn på resiliens, och lyfter fram hur pedagogerna spontant stöder barns resiliens, samt deras osäkerhet kring att identifiera resiliens.

Gal-Szabo et al. (2017) däremot undersöker hur barns förmåga att förstå och hantera känslor påverkar deras sociala beteende, och hur förmågan att kontrollera sina impulser påverkar detta samband. Resultaten visar att barn som har en bättre förståelse för sina egna och andras känslor tenderar att vara mindre tillbakadragna och mer engagerade i social lek. För barn med svårigheter att reglera sina känslor var denna koppling starkare, medan för barn med bättre självreglering var sambandet mindre tydligt. Studien visar att både känslomässig förståelse och förmåga till självreglering är viktiga för barns sociala förmåga och att barn som har svårt att reglera sina känslor kan dra särskild nytta av att utveckla bättre förståelse för känslor, vilket kan hjälpa deras förmåga att hantera sociala situationer och stärka deras resiliens.

I jämförelse visar båda artiklarna hur viktiga både emotionella och sociala faktorer är för att förstå och stödja resiliens hos barn, men de fokuserar på olika nivåer och perspektiv. Archdall & Kilderry (2016) lyfter fram pedagogers roll i att skapa en miljö som stöder resiliens, medan Gal-Szabo et al. (2017) fokuserar mer på individuella faktorer, som emotionell förståelse och självreglering, och hur dessa påverkar barns sociala beteenden. Båda artiklarna betonar vikten av att förstå och främja barns resiliens, men de påpekar också de utmaningar och osäkerheter som finns i att konkret tillämpa och identifiera resiliens i både pedagogiska och forskningsmässiga sammanhang.

### **3.3 Småbarnspedagogers perspektiv på resiliens**

Bouilett et al. (2014) och Beltman et al. (2020) undersöker pedagogers resiliens inom tidig barndomsutbildning, men de gör det ur olika perspektiv och med olika fokus. Bouilett et al. (2014) har som mål att analysera pedagogernas personliga resiliens och deras förmåga att utveckla barns resiliens. De undersöker sambandet mellan pedagogernas egen resiliens och deras kompetens att främja resiliens hos barn, samt hur arbetsplatsens stöd påverkar detta. Deras resultat visar att de pedagoger som upplever sig själva som mer resilienta också känner sig mer kompetenta att arbeta med barns

resiliens, och att en stödjande arbetsmiljö främjar både kompetensen och viljan att implementera program för att utveckla barns motståndskraft.

Å andra sidan använder Beltman et al. (2020) ett bredare, socialekologiskt perspektiv för att undersöka pedagogernas resiliens. Deras studie fokuserar på hur resiliens påverkas av olika faktorer på makro-, mikro- och personlig nivå. På makronivå identifierar de utmaningar som pedagogerna möter, såsom hög arbetsbelastning och administrativa krav, men också hur pedagogerna hanterar dessa genom att känna ett visst ägarskap över policyer. På mikronivå betonas vikten av relationer, både professionellt och privat, som resurser för att stödja resiliens. Samarbete med kollegor och relationer med barn är centrala för att upprätthålla motivation och engagemang. På personlig nivå beskriver pedagogerna strategier för att upprätthålla sitt välbefinnande, såsom att hantera stress genom aktiviteter utanför arbetsplatsen.

Det som förenar de två studierna är att båda betonar betydelsen av resiliens för pedagogernas välmående och deras förmåga att möta utmaningar i arbetslivet. Båda framhåller vikten av en stödjande miljö, där kollegialt och organisatoriskt stöd har stor inverkan på pedagogernas engagemang och vilja att arbeta med barns resiliens. Skillnaden ligger dock i hur dessa miljöer och faktorer behandlas. Bouilett et al. (2014) fokuserar mer på sambandet mellan pedagogernas egen resiliens och deras kapacitet att utveckla barns resiliens, medan Beltman et al. (2020) lägger större vikt vid att förstå resiliens som ett resultat av en interaktion mellan flera olika nivåer av påverkan, från strukturella till personliga.

Beltman et al. (2020) ger en mer övergripande syn på resiliens genom att betona att pedagogernas motståndskraft inte bara är en personlig egenskap utan också påverkas av de kontexter de verkar i, medan Bouilett et al. (2014) koncentrerar sig mer på individens upplevelse av sin resiliens och hur detta relaterar till deras pedagogiska praktik. Tillsammans erbjuder de två studierna en djupare förståelse för hur pedagogers resiliens formas och stöds, och de understryker båda vikten av att skapa stödjande arbetsmiljöer som kan bidra till både pedagogernas och barnens utveckling.

## 4 Syfte och frågeställning

Syftet med detta lärdomsprov är att undersöka hur småbarnspedagogik kan bidra till att stärka småbarnsfamiljers resiliens, det vill säga deras förmåga att hantera livets utmaningar och återhämta sig från stress. Genom att analysera de faktorer som påverkar familjernas resiliens och hur pedagogiska insatser kan främja deras välbefinnande, strävar vi efter att tydliggöra småbarnspedagogikens roll som ett stöd både för barn och vårdnadshavare.

Vi har valt att fokusera på följande frågeställningar i vårt lärdomsprov:

1. Vilka faktorer påverkar småbarnsfamiljers resiliens?
2. Hur kan småbarnspedagogik bidra till att stärka resiliens hos småbarnsfamiljer?

Genom att besvara våra frågeställningar strävar vi efter att förstå vilka faktorer som påverkar småbarnsfamiljers resiliens samt hur småbarnspedagogik kan stärka resiliens hos småbarnsfamiljer.

## 5 Teoretisk referensram

I detta kapitel presenterar vi den teoretiska referensram som används för att förstå barnfamiljers resiliens. Vi utgår från tre centrala teorier: Bowlbys anknytningsteori, Bronfenbrenners systemekologiska teori och Antonovskys salutogena perspektiv.

### 5.1 John Bowlbys anknytningsteori

Anknytningsteorin, utvecklad av John Bowlby, förklarar hur barn formar emotionella band med sina vårdgivare och hur dessa band påverkar deras sociala och emotionella utveckling genom livet. Bowlby menade att anknytning är en biologiskt grundad process där barn, från födseln, har en instinkt att knyta an till en eller flera vårdgivare, oftast modern. Denna anknytning hjälper barnet att känna trygghet och fungerar som en "säker bas", från vilken barnet kan utforska sin omgivning med vetskapen att det kan återvända till vårdgivaren vid behov. Vid separation upplever barnet ofta ångest, vilket är ett

tecken på den starka anknytningen. (Broberg et al., 2020; Jerlang & Hagelthorn, 2008; Hwang & Nilsson, 2011)

Enligt Bowlby utvecklas ett barns anknytning till en vårdnadshavare i olika steg. I den första fasen riktar barnet sig mot den vuxne och söker kontakt genom ögonkontakt eller kroppskontakt. Även om barnet ännu inte kan visa selektiva beteenden, har det vissa sätt att kommunicera, som att gråta eller le, för att få en vuxens uppmärksamhet. Den tidiga interaktionen är ofta ömsesidig: barnet och vårdnadshavaren fokuserar intensivt på varandra, lär känna varandra och bygger relationen genom att hålla långa ögonkontakter. När en mamma tittar på sitt barn är hennes blick fylld med kärlek, och genom denna blick får barnet en känsla av att vara värdefullt och omhändertaget, något som bidrar till barnets växande självbild. Barnets självuppfattning formas särskilt genom samspelet med mamman, och detta samspel spelar en central roll i anknytningsrelationens inre arbetsmodell. Mamman ser inte bara sitt barn utan också sig själv i mötet – hennes upplevelse av att vara en tillräckligt bra vårdnadshavare stärks när hon ser sitt barns tillfredsställelse och vilja att ha ögonkontakt. (Sinkkonen & Kalland, 2001)

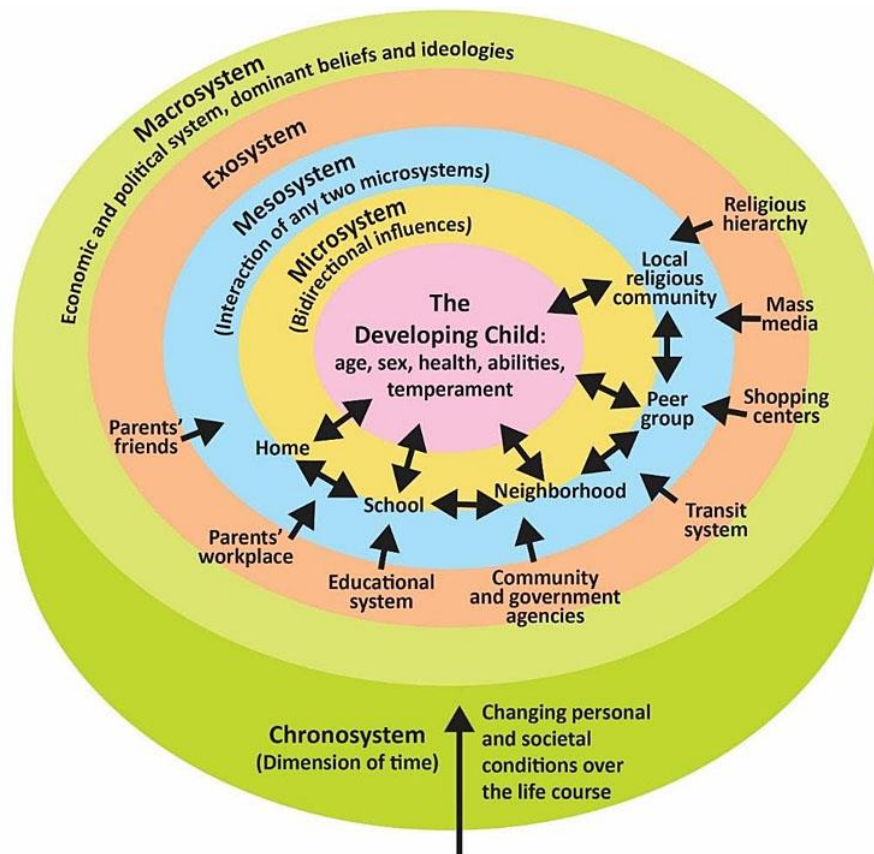
Barns tidiga relationer skapar "inre arbetsmodeller" som är mentala representationer av hur relationer fungerar och påverkar hur de senare i livet relaterar till andra människor. En trygg anknytning ger barnet en positiv självbild och stärker deras relationer i vuxenlivet. Däremot kan otrygga anknytningar, som otrygg-undvikande eller otrygg-ambivalent, leda till negativa mönster i relationer och självkänsla. Barn med desorganiserad anknytning, som ofta har upplevt trauma eller misshandel, kan visa motsägelsefullt och förvirrat beteende i relation till vårdgivaren. Anknytningsteorin betonar vikten av trygga och kärleksfulla relationer för barnets utveckling och resiliens. (Jerlang & Hagelthorn, 2008; Broberg et al., 2020)

Sammanfattningsvis erbjuder anknytningsteorin olika perspektiv. Hwang och Nilsson (2011) fokuserar på hur trygga relationer med vårdgivare stärker resiliens och barns välbefinnande. Broberg et al. (2020) analyserar hur inre arbetsmodeller från anknytningsrelationer påverkar självbild och sociala förmågor. Jerlang och Hagelthorn (2008) fördjupar sig i olika anknytningsmönster, särskilt desorganiserad anknytning, och dess koppling till trauma. Tillsammans ger dessa källor en omfattande förståelse för hur anknytning påverkar individens utveckling genom livet.

## 5.2 Bronfenbrenners systemekologiska teori

I Bronfenbrenners systemekologiska teori placeras det utvecklande barnet i fyra olika system: mikrosystemet, mesosystemet, exosystemet och makrosystemet. Dessa system sträcker sig från de som är mest nära och direkt kopplade till barnets vardag, till de som har en mer indirekt och avlägsen påverkan på barnets utveckling. (Hayes et al., 2023)

I figur 1 (Kihara, 2022) kan vi se hur *mikrosystemet* utgör individens direkta omgivning, där denne har regelbunden och nära kontakt med personer som familj, vänner, och skolkamrater. Det handlar om de relationer och interaktioner som sker ansikte mot ansikte och som direkt påverkar individens utveckling. *Mesosystemet* beskriver hur olika mikrosystem är sammankopplade och påverkar varandra. Ett exempel är hur relationen mellan hemmet och småbarnspedagogiken samspelar och i sin tur påverkar individens utveckling. Här betonas att det inte bara är de enskilda mikrosystemen som spelar roll, utan även hur dessa miljöer interagerar med varandra. *Exosystemet* omfattar de miljöer som individen inte direkt deltar i men som ändå påverkar individens liv. Till exempel kan en vårdnadshavares arbetsplats, där barnet aldrig vistas, ändå påverka barnets vardag genom vårdnadshavarens arbetsvillkor, stressnivå eller tid tillgänglig för familjen. Slutligen påverkas alla dessa system av *makrosystemet*, som utgör den bredare samhällsleliga kontexten. Detta inkluderar kulturella normer, lagar, värderingar och ideologier som påverkar både mikro-, meso- och exosystemen. Makrosystemet formar de övergripande strukturerna som alla mindre system fungerar inom, och dessa kan variera mellan olika kulturer och samhällsgrupper, vilket skapar olika förutsättningar för utveckling beroende på vilken kulturell eller social kontext individen befinner sig i. (Bronfenbrenner, 1981)



Figur 1. Bronfenbrenners systemekologiska teori. (Kihara, 2022).

Hwang & Nilsson (2019) förklarar att Bronfenbrenners systemekologiska teori undersöker hur barn påverkas av olika sammanhang och miljöer i sin utveckling. Denna teori betonar vikten av att se barns utveckling i ett sammanhang av olika system som exempelvis familj, skola och samhälle, samt hur dessa samspelar. Småbarnspedagogik kan ses som en del av mikrosystemet, som har direkt inverkan på barnens utveckling och därmed deras resiliens. För att stödja barns utveckling och välbefinnande enligt denna teori är det viktigt att skapa en stimulerande och stödjande miljö både i småbarnspedagogiken och i samhället som helhet.

Hayes et al. (2023) för fram hur Bronfenbrenners systemekologiska teori förändrade synen på barns utveckling genom att betona samspelet mellan barn och deras omgivning. Tidigare forskning fokuserade ofta på barn i laboratoriemiljöer, men Bronfenbrenner betonade vikten av att studera barn i deras verkliga miljöer. Hans modell ser utveckling som ett resultat av samspelet mellan individen och olika miljösystem, från familjen

(mikrosystemet) till samhälleliga strukturer (makrosystemet), och inkluderar även tidens betydelse (chronosystemet), som vi kan se i figur 1 (Kihara, 2022).

Senare utvecklade Bronfenbrenner sin teori till en bioekologisk teori för att tydligare betona individens roll i utvecklingen. Denna teori, som först presenterades 1994, betonar samspelet mellan individen och dess omgivning genom komplexa och dynamiska processer. Bronfenbrenner och Stephen Ceci introducerade begreppet "proximal process", vilket innebär de regelbundna och kvalitativa interaktionerna mellan individ och miljö som är centrala för utvecklingen. Den bioekologiska teorin sammanfattas som PPCT-teorin (Process, Person, Context, Time). (Hayes et al., 2023)

Teorin betonar vikten av "proximala processer" för barns utveckling. Forskning visar att positiva och högkvalitativa tidiga lärandeupplevelser främjar positiva egenskaper hos barn, såsom uthållighet och kreativitet. Den ökande instabiliteten och kaoset i de huvudsakliga miljöer där människans kompetens och karaktär formas, såsom familjen och småbarnspedagogiken, kan däremot hämma dessa processer. Vuxnas roll i att observera, förstå och stödja barnens utveckling är central för tidig utbildning, och hjälper barn att utveckla självstyrande lärande och problemlösning. Teorin erbjuder en värdefull ram för att koppla samman psykologi och pedagogik och hanterar komplexiteten i barns tidiga lärande och miljöer. (Hayes et al., 2023)

### **5.3 Det salutogena perspektivet – salutogenes**

I dagens samhälle står barn inför många utmaningar som kan påverka deras hälsa och välbefinnande. I stället för att bara fokusera på problemen vill vi i detta kapitel lyfta fram Aaron Antonovskys salutogena perspektiv, som handlar om vad som gör att människor mår bra, även när livet är tufft. Antonovskys teori bygger på idén att hälsa inte är ett antingen-eller-tillstånd (sjuk eller frisk), utan en skala där vi rör oss mellan hälsa och ohälsa under hela livet. (Eriksson, 2015; Borge, 2011)

Aaron Antonovsky var en israelisk-amerikansk sociolog som förespråkade ett holistiskt synsätt på människan. Antonovskys teori grundar sig i hans kritik mot medicinsk vetenskap. Han menade att forskningen fokuserade för mycket på att undersöka varför

människor blir sjuka och vilka faktorer som orsakar ohälsa. Men vad är det som människor har med sig eller omkring sig som bevarar och stärker deras hälsa? Genom att undersöka den frågan får vi två olika perspektiv på hur hälsa och ohälsa påverkas. Därför ville Antonovsky ha två termer för att visa att det handlar om olika utgångspunkter: intresset för ohälsa kallas *patogenes*, medan intresset för hälsa kallas *salutogenes*. Dessa två perspektiv utesluter inte varandra; i stället kompletterar de varandra, menar han. Både hälsa och ohälsa är en del av livet och gör livet möjligt. Ingen är helt frisk hela tiden. Livet och hälsan är dynamiska, vilket betyder att människor påverkas av olika faktorer och reagerar på olika sätt. Även den som lever med en kronisk sjukdom kan må bra och ha förmågor som gör att hen upplever att hälsan är god, trots allt. (Tamm, 2012; Hanson, 2015)

Enligt Antonovsky är det avgörande att förstå människan i sitt sammanhang – livshistoria, samhällsklass, kultur, ålder och kön samspelar alla för att forma hur personen hantlar livs- och hälsoproblem. Antonovsky ser människan som en aktiv person som själv kan bestämma vad som är viktigt i livet och hur hen vill leva. Om någon annan bestämmer allt åt en person, behandlas hen som ett objekt utan eget inflytande. För att livet ska kännas meningsfullt behöver individen kunna påverka sitt eget liv. En hälsosam individ är därför en självständig individ som accepterar livets utmaningar och tar ansvar för dem. (Tamm, 2012; Eriksson, 2015)

Antonovskys salutogena modell bygger på ett systemteoretiskt sätt att tänka. Han ser människan som ett öppet system som ständigt påverkas av sin omgivning och behöver anpassa sig för att må bra. När vi möter stress skapas spänningar som rubbar vår balans, och då behöver vi hitta sätt att återfå den. Vidare menar Antonovsky att vi ständigt utsätts för olika typer av stress, som kan vara genetiska, biologiska eller kopplade till livshändelser och sjukdomar. Dessa stressfaktorer rubbar vår balans och skapar oordning. Enligt det systemteoretiska synsättet finns det inte någon naturlig ordning i vare sig naturen eller människokroppen – snarare rör vi oss hela tiden mot oordning. Utmaningen blir därför att, mitt i alla intryck som påverkar oss, kunna urskilja vad som är viktigt och göra världen begriplig. Det är här Antonovskys salutogena synsätt blir viktigt. Ordet "salutogenes" kommer från det latinska ordet *salus* (hälsa) och det grekiska ordet

*genesis* (ursprung eller tillblivelse). Med detta synsätt fokuserar man på vad som skapar och bevarar hälsa. (Tamm, 2012; Eriksson, 2015)

Borge (2011) bekräftar detta genom att skriva att salutogenes handlar om att förstå vad som skapar och stärker hälsa, till skillnad från patogenes som fokuserar på orsaker till sjukdom. Salutogenes ses som en aktiv process där hälsan utvecklas och förbättras över tid. Liksom resiliens betonar salutogenes de processer som leder till psykiskt och fysiskt välbefinnande, vilket sker gradvis och inte vid ett enda tillfälle. Inom småbarnspedagogiken kan fokus på hälsa och välbefinnande integreras i den dagliga verksamheten. Det kan exempelvis handla om att inkludera fysisk aktivitet, hälsosam kost och mindfulness-övningar. Att lära barnen om vikten av att ta hand om sin kropp och sitt sinne kan bidra till en livslång förståelse för hälsa.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att både resiliens och salutogenes visar hur människor kan må bra trots att de möter svårigheter. De förklarar att människor kan uppleva hälsa olika beroende på deras situation och omständigheter. Salutogenes används för att förstå hur hela samhällen kan ha god hälsa trots sociala skillnader, medan resiliens mer fokuserar på varför vissa individer, till exempel barn, klarar sig bättre än andra trots att de lever under samma riskfaktorer.

### **5.3.1 KASAM**

Ett centralt begrepp i Antonovskys teori är KASAM (känsla av sammanhang), som beskriver hur en person upplever och hanterar livet, särskilt i samband med hälsa och sjukdom. KASAM fungerar som en länk mellan riskfaktorer och risken för att utveckla sjukdom, och består av tre delar. (Eriksson, 2015; Borge, 2011; Tamm, 2012)

*Hanterbarhet* handlar om hur väl en person kan se lösningar på problem som andra kan uppleva som svåra. En person som känner en hög grad av hanterbarhet i en stressande situation ser sig inte som ett offer för omständigheterna, utan upplever att han eller hon kan påverka vad som händer. Personen anser inte att livet är orättvist. När problem uppstår måste han eller hon hitta olika strategier för att hantera svårigheterna. Det är förstått att livet har både positiva och negativa sidor, och olyckor kan drabba en. Men när det händer, vet personen att han eller hon kommer att klara sig och inte fastna i sorg över

förluster. Det finns en insikt om att det finns resurser att hantera situationen. (Eriksson, 2015; Borge, 2011; Tamm, 2012)

*Meningsfullhet* beskriver hur mycket man känner att vardagen har mening och ger tillfredsställelse. När en person med hög grad av meningsfullhet möter svårigheter i livet ser han eller hon dessa som utmaningar istället för som jobbiga bördor. Även olyckor som inträffar möts med värdighet, och personen tvekar inte att satsa på att ta sig igenom dem. Olyckliga händelser accepteras som en del av livet, och personen försöker hitta mening även i de svåra situationerna. (Eriksson, 2015; Borge, 2011; Tamm, 2012)

*Begriplighet* handlar om hur väl man förstår händelser och känslor i sitt dagliga liv. En person med hög känsla av begriplighet förväntar sig att den information hon får är ordnad, sammanhängande och klar. Informationen bör också vara förutsägbar eller åtminstone kunna förklaras. Om den inte är det kan personen ha svårt att förstå eller förklara den. Dessutom behöver informationen inte alltid vara positiv eller önskad. Nyheter om dödsfall, krig eller katastrofer är ofta obehagliga, men de kan ändå vara tydliga och lätta att förstå, eller åtminstone göras begripliga. (Eriksson, 2015; Borge, 2011; Tamm, 2012)

Tillsammans hjälper dessa delar en person att bättre klara av livets utmaningar. (Eriksson, 2015; Borge, 2011; Tamm, 2012)

### **5.3.2 KASAM och barnfamiljers resiliens**

Känsla av sammanhang (KASAM) kan kopplas direkt till resiliens hos barn och familjer, eftersom de tre komponenterna i KASAM bidrar till att stärka deras motståndskraft mot svårigheter. Hanterbarhet hjälper barn och familjer att känna att de har resurser och strategier för att hantera problem, vilket gör att de kan möta utmaningar utan att känna sig överväldigade. Meningsfullhet gör att de ser sitt liv och sina erfarenheter som värdefulla, vilket ger dem motivation och en positiv inställning när de möter motgångar. Slutligen innebär begriplighet att de förstår de händelser och känslor som uppstår i vardagen, vilket ger en känsla av kontroll och förutsägbarhet. (Borge, 2011)

Genom att dessa tre aspekter finns närvarande kan barn och familjer bygga en starkare resiliens, vilket gör det lättare för dem att anpassa sig och återhämta sig efter svåra situationer. (Borge, 2011)

## 6 Metod

I detta kapitel beskriver vi de metoder som använts för att genomföra vår studie. Vi börjar med att redogöra för den allmänna litteraturstudien och de metoder som använts för datainsamling. Därefter förklarar vi de urvalskriterier som styr vårt val av litteratur, samt hur vi kvalitetsgranskat de valda studierna. Vi avslutar med en genomgång av vår metodanalys och de etiska överväganden som gjorts under arbetets gång.

### 6.1 En allmän litteraturstudie

Det finns två typer av litteraturstudier: systematisk litteraturstudie och allmän litteraturstudie. Vi kommer att använda oss av den senare. En allmän litteraturstudie, även kallad *litteraturöversikt*, *litteraturgenomgång* eller *forskningsöversikt*, syftar till att ge en översikt av kunskapsläget inom ett specifikt ämnesområde. Inom forskning används en sådan genomgång ofta som ett första steg i forskningsprocessen för att beskriva och sammanfatta tidigare forskning. Syftet kan vara att skapa en bakgrund som motiverar en empirisk studie eller att tydliggöra kunskapsutvecklingen inom området. I en allmän litteraturstudie beskrivs och analyseras valda studier, men detta sker sällan på ett systematiskt sätt, utan studier väljs ut och diskuteras främst utifrån deras relevans. (Forsberg & Wengström, 2013)

Forsberg & Wengström (2013) påpekar att det finns brister i allmänna litteraturstudier, vilket Mulrow redan år 1987 visade genom en kritisk granskning av 50 publicerade översiktsartiklar. Han undersökte om artiklarna hade ett specifikt syfte, en beskriven litteratursökning, definierade urvalskriterier, kriterier för kritisk granskning samt tydliga resultat och rekommendationer. Endast en av de granskade artiklarna innehöll en metod för identifiering, urval och kritisk granskning av inkluderade studier, vilket framhäver osäkerheten i allmänna översiktsartiklar utan en systematisk ansats. Manchikanti påpekar att läkare och sjuksköterskor ofta håller sig uppdaterade genom böcker och översiktsartiklar av experter, men denna metod har svagheter. Begränsat forskningsunderlag

och selektiva urval som stöder författarens ståndpunkt, samt det att olika experter drar olika slutsatser inom samma ämnesområde räknas upp som svagheter. Detta medför en risk för felaktiga slutsatser i allmänna litteraturstudier där kvalitetsbedömningar av artiklarna saknas. (Forsberg & Wengström, 2013)

Vi kommer alltså att besvara våra frågeställningar genom att genomföra en allmän litteraturstudie, där vi använder vetenskapliga artiklar som behandlar det tema som vår frågeställning rör. Vi anser att en allmän litteraturstudie passar bra för vårt lärdomsprov eftersom den ger en översikt över forskningsläget och tydliggör olika perspektiv inom ämnet. Detta gör det möjligt för oss att samla och sammanställa relevant forskning flexibelt, vilket ger en djupare förståelse och kontext åt våra frågeställningar. Trots svagheter med metoden ger den oss en god översikt över ämnet och hjälper oss att koppla våra frågeställningar till befintlig kunskap, vilket gör att vi kan utforska olika perspektiv inom vårt tema.

## **6.2 Datainsamling**

I detta kapitel kommer vi att presentera sökprocessen. Enligt Friberg (2022) handlar denna fas om att samla in olika typer av litterära källor för studien. Valet av dessa källor baseras på problemformuleringen och syftet med arbetet. Typen av litteratur som väljs beror på forskningsfrågan och den valda metoden.

Enligt Forsberg & Wengström (2013) krävs det noggrann planering och tydlig frågeformulering vid sökandet av fakta i databaser. Det är viktigt att avgöra vilka typer av studier som ska inkluderas, hur gamla de får vara samt på vilket språk de ska vara skrivna. Utifrån frågeställningen fastställs sökkriterierna, och därefter väljs lämpliga databaser och sökbegrepp. Ett vanligt tillvägagångssätt är att använda nyckelord från frågeställningen och kombinera dem med logiska sökoperatörer. Genom att använda booleska operatörer som "AND", "OR" och "NOT" kan vi skapa effektiva fritextsökningar och därmed hitta relevanta resultat.

Östlundh (2022) betonar att det krävs flera sökningar med olika sökord och databaser innan man hittar innehåll som motsvarar behovet. Därför har vi använt oss av ett flertal

sökord i olika kombinationer, samt olika tillförlitliga vetenskapliga databaser. Vidare skriver Friberg (2022) att det är viktigt att noggrant skriva ner hur litteratursökningen har gjorts, vilket kommer att presenteras i följande stycke.

Till sökarbetet använde vi bland annat EBSCO, Sage, Google Scholar, SpringerLink och Arcada Finna och vi använde sökord som ”resilience or resilient”, ”children or early childhood”, ”perspectives”, ”family”, och ”kindergarten”. Mera ingående om vår sökprocess och använda sökord hittas bland bilagorna, Bilaga 1.

### **6.3 Urvalskriterier**

Efter att ha genomfört sökningen och samlat in relevant material måste en noggrann utvärdering göras för att bedöma vilken information som är både relevant och tillförlitlig. (Henricsson, 2017). Därför kommer vi i detta kapitel att presentera de inklusions- och exklusionskriterier (se Tabell 1) som använts för att säkerställa att de studier vi valt ut är relevanta och av hög kvalitet. Kriterierna har använts för att söka fram de mest betydelsefulla källorna, som är både aktuella och direkt kopplade till vår forskningsfråga.

Enligt Friberg (2022) är det viktigt att noggrant dokumentera och redovisa sökord och sökvägar för att tydligt visa hur det slutliga urvalet av artiklar har gjorts. Valet av sökord och strategier bör baseras på problemformuleringen och syftet med studien. De artiklar som bedöms som mest relevanta med tanke på syftet blir kvar i urvalet, medan andra artiklar exkluderas om de inte fullt ut passar in på studiens inriktning.

Vidare påpekar Östlundh (2022) att de vanligaste avgränsningarna är tid, dokumenttyp, språk och vare sig artikeln är referensgranskad (peer reviewed) eller ej. Henricsson (2017) menar att vetenskapliga artiklar, avhandlingar och forskningsrapporter har blivit granskade av andra forskare innan publicering (peer reviewed), vilket säkerställer forskningskvaliteten.

I vårt arbete har vi valt att använda oss av referensgranskade artiklar som är tillgängliga i full text. Vi har begränsat sökningen till artiklar som publicerats år 2014 och senare samt artiklar skrivna på svenska, finska eller engelska. Vi har valt att begränsa

sökningen till artiklar som handlar om resiliens hos barn i åldern 1–5 och familjer, samt artiklar som har en koppling till småbarnspedagogiken. Vi har valt att använda oss av artiklar publicerade mellan 2014–2024, detta eftersom forskning publicerad mellan 2014 och 2024 återspeglar de senaste framstegen och trenderna inom området. Det innebär att artiklarna troligen innehåller de mest aktuella och välunderbyggda teorierna och metoderna och ger oss en inblick i hur pedagogik och barns utveckling påverkas av aktuella samhällstrender och utmaningar.

Tabell 1. Inklusions- och exklusionskriterier

Inklusionskriterier	Exklusionskriterier
Referensgranskade artiklar	Inte referensgranskade artiklar
Artiklar tillgängliga i full text	Artiklar som inte finns tillgängliga i full text
Vetenskapliga artiklar	Otillförlitliga källor
Artiklar som behandlar resiliens hos barn i åldern 1–5 och familjer	Artiklar som behandlar resiliens hos barn äldre än 5 år
Artiklar som berör barn inom småbarnspedagogiken	Artiklar som berör barn i förskola eller skola
Artiklar publicerade år 2014–2024	Artiklar publicerade tidigare än år 2014
Artiklar på svenska, finska eller engelska	Artiklar på annat språk än svenska, finska och engelska
Tillförlitliga databaser	Databaser som ej är tillförlitliga
	Artiklar som behandlar resiliens i samband med trauman, katastrofer och krig

## 6.4 Kvalitetsgranskning

När vi har redogjort för vårt val av metod, översikt av sökprocessen samt vilka urval som gjorts, menar Andreasson & Johansson (2024) att det hör till att granska studiens kvalitet. Detta har vi gjort genom att följa en systematisk process. Först har vi bedömt hur relevanta artiklarna är för vårt ämne och granskat författarnas meriter, samt den tidskrift där artiklarna publicerats. Vi har även tittat på forskningsmetodiken för att se om den är tydlig och passande. Vidare har vi analyserat resultaten och slutsatserna för att säkerställa att de är välgrundade och klart presenterade. Dessutom har vi kontrollerat

artiklarna för objektivitet och aktuella referenser, samt bekräftat att de har genomgått en peer review-process.

Genom att följa dessa steg har vi säkerställt att våra valda artiklar håller hög kvalitet och är relevanta för vårt arbete. Denna process är viktig för att garantera tillförlitligheten och trovärdigheten i vårt lärdomsprov.

## 6.5 Analysmetod

I vårt lärdomsprov kommer vi att använda oss av innehållsanalys, vilket är en deduktiv metod där vi analyserar text utifrån en viss teori eller modell. Denna analysform ingår i vår kvalitativa studie, där målet är att förstå hur småbarnspedagogik kan påverka barns resiliens. Genom att använda vår innehållsanalys kan vi fokusera på de delar av materialet som är viktiga för våra teorier, vilket hjälper oss att tolka resultaten i förhållande till våra frågeställningar. (Danielson, 2017)

Enligt Neuendorf (2017) är innehållsanalys en metod för att objektivt, systematiskt och kvantitativt beskriva kommunikation. Detta innebär att forskaren klassificerar data systematiskt för att identifiera mönster och teman, med målet att beskriva och kvantifiera specifika fenomen. Neuendorf betonar vikten av att säkerställa reliabilitet och validitet i innehållsanalys. Hon beskriver också olika tekniker för att mäta och kvantifiera data, vilket hjälper till att operationalisera variabler. Dessutom ger hon råd om hur man hanterar och rapporterar data på ett systematiskt sätt, vilket säkerställer att resultaten presenteras tydligt och korrekt.

Forsberg & Wengström (2013) beskriver en enkel femstegsprocess som kan användas för att genomföra en innehållsanalys. Denna form av innehållsanalys är lämplig för vårt lärdomsprov eftersom vi med hjälp av den kan säkerställa ett kvalitativt arbete som baseras på relevant och aktuell forskning. Vi kommer att följa innehållsanalysens femstegsprocess och göra enligt följande:

**Steg 1:** Vi läser igenom texten som ska analyseras flera gånger för att få en god förståelse av materialet.

**Steg 2:** Vi studerar texten noggrant och identifierar relevanta delar. Dessa delar kodas sedan med termer som återspeglar olika kategorier.

**Steg 3:** Vi grupperar koderna i bredare kategorier.

**Steg 4:** Vi granskar de olika kategorierna och, om möjligt, sammanfattar dem i ett eller flera teman. På så sätt kan vi identifiera återkommande mönster och relationer.

**Steg 5:** Vi tolkar och diskuterar resultatet.

## 6.6 Etiska aspekter

I detta arbete har vi följt Arcadas och Forskningsetiska delegationens TENK (Forskningsetiska delegationen, 2023) riktlinjer för god vetenskaplig praxis, som betonar tillförlitlighet, kvalitet och ärlighet i forskningen.

Etiska överväganden har gjorts både vid urvalet av material och kommer även tas i beaktande vid presentationen av resultaten. Då arbetet innehåller många vetenskapliga artiklar på engelska, har vi varit uppmärksamma på risken för feltolkningar på grund av språkliga begränsningar. Kjellström (2017) bestyrker detta genom att påpeka att etiska utmaningar kan uppstå när skribenten har begränsade kunskaper i engelska och metodologi, eftersom dessa begränsningar kan påverka tolkningen och bedömningen av forskningsartiklarna. Det finns en risk för feltolkningar som kan leda till att resultat misstolkas, vilket påverkar trovärdigheten i arbetet. För att hantera detta har vi ägnat särskild omsorg åt att förstå och korrekt tolka de engelskspråkiga artiklarna.

Korrekt källhänvisning har varit en prioritet i detta arbete. Vi har noggrant refererat till alla källor och använt tydliga källhänvisningar för att säkerställa transparens och för att möjliggöra för andra forskare att verifiera de källor vi använt. Detta har varit ett viktigt steg för att motverka fusk och plagiat, i linje med TENK riktlinjer.

Utöver detta har vi även beaktat etiska aspekter inom vår egen yrkesetik, vilket innebär att vi har varit noggranna med att visa respekt för människovärde, personlig integritet och jämlikhet. Dessa faktorer är viktiga att ta hänsyn till i all forskning, men särskilt när resultat och analyser kan påverka individer och grupper. Detta är något som även Kjellström (2017) tar fasta på genom att skriva att det finns en etisk risk att vissa grupper kan beskrivas på ett sätt som upplevs som nedlåtande eller missvisande. Därför är det avgörande att vi som skribenter noggrant reflekterar över hur forskningsmaterialet tolkas och

presenteras samt att vi tar ansvar för att bibehålla respekt och saklighet i alla beskrivningar av deltagare eller grupper.

Genom att följa dessa riktlinjer och principer har vi strävat efter att skapa ett arbete med hög kvalitet, trovärdighet och en hög etisk standard.

## 7 Resultat

I detta kapitel redogör vi för resultaten av vår innehållsanalys, se tabell 2. Resultaten är baserade på 16 vetenskapliga artiklar. För att förtydliga redovisningen av våra artiklar, har vi numrerat dem från 1–16 (se bilaga 2) och hänvisar till dem i vår text med de givna numrorna. Vi har valt att dela upp våra resultat i två huvudkategorier; *Faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens* och *Hur småbarnspedagogik stärker småbarnsfamiljers resiliens*.

Tabell 2. Koder & kategorier utgående från innehållsanalysen

Koder	Underkategorier	Huvudkategorier
Resiliens Motståndskraft Coping Individuella faktorer Problemlösning Riskfaktorer Skyddsfaktorer	Individuella faktorer: Temperament, ålder och kön  Risk- och skyddsfaktorer	Faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens
Relationer Anknytning Sociala nätverk Emotionell utveckling	Emotionell utveckling & tidig anknytning  Sociala nätverk som stöd för småbarnsfamiljers resiliens	
Pedagogers engagemang Lärmiljö Socialt lärande Utvecklingspsykologi Lek Emotionellt stöd Samverkan Trygghet	Trygghet och samverkan  Pedagogens roll i att stärka barn och familjers resiliens  Socialt lärande genom lek och lärmiljöer	Hur småbarnspedagogik stärker småbarnsfamiljers resiliens

## 7.1 Faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens

Resiliens ses som en dynamisk förmåga, där barnets förmåga att anpassa sig och återhämta sig vid motgångar är central. Denna förmåga utvecklas olika beroende på faktorer som utvecklingsstadier, kultur, familj, kön och ålder, och kan förbättras genom träning och lärande. Vuxnas stöd spelar en avgörande roll i denna process. Det är viktigt att barn har tillgång till stödjande vuxna som ser deras styrkor och hjälper till att lösa vardagliga problem. (2, 3, 5) De centrala faktorerna för att främja resiliens inkluderar även individens förmåga att hantera stress, en stödjande familjemiljö och goda interaktioner mellan vårdnadshavare och barn. Forskning visar att dessa faktorer är avgörande för att barn ska kunna anpassa sig till utmaningar och utvecklas positivt, även under svåra förhållanden (9).

Skala & Bruckner (2014; 6) skriver att resilienta barn kännetecknas av att de fungerar väl i lek, har höga förväntningar på sig själva, tydliga mål, personlig handlingskraft och förmåga att lösa vardagliga problem. Vidare påpekar Skala & Bruckner att även om individens påverkan på resiliens är stark, är ett barns resiliens nära kopplad till familjens och samhällets resiliens. De flesta resilienta barn har en nära relation med minst en vuxen, som inte nödvändigtvis behöver vara en vårdnadshavare. Dessa relationer formas av kärlek, tillit, omsorg och ihållande stöd.

Resultat visar att vuxna, som vårdnadshavare och pedagoger, använder olika sätt för att hjälpa barn att hantera svårigheter. De vanligaste metoderna är att prata med barnet, ge råd eller tröst, hjälpa barnet att lösa problem eller uppmuntra dem med belöningar. Barn hanterar svårigheter på olika sätt, som att be om hjälp från vuxna, konfrontera problemet direkt, eller använda tidigare erfarenheter för att lösa situationen. När barn står inför förändringar, tenderar de att hantera dem genom att upprepa erfarenheten, medan de vid problem med andra barn oftast tar itu med problemet direkt. Den vanligaste metoden som vuxna använder är att prata med barnet och ge råd. (2, 3, 5)

Vidare visar resultat att de vanligaste motgångarna barnen stötte på var förändringar, som ändrade rutiner och nya erfarenheter, samt svårigheter i kamratrelationer, hälsoproblem eller problem med att följa regler. Vårdnadshavare rapporterade även att en del barn inte hade stött på några betydande svårigheter. För att hantera dessa motgångar

använde barnen olika strategier, bland annat att söka stöd från vuxna eller att konfrontera svårigheterna direkt. Vissa barn imiterade andra barns sätt att hantera liknande problem, medan andra försökte flera gånger eller använde tidigare inlärda tekniker. (2, 3)

### **7.1.1 Emotionell utveckling & tidig anknytning**

Barns emotionella förståelse, som utvecklas med åldern, är en viktig aspekt för att främja barns resiliens (3, 5). Genom att stötta barns emotionella utveckling, till exempel genom att uppmuntra empati, konfliktlösning och perspektivtagande, kan familjer bygga en mer hållbar resiliens. (3, 5) Även leken är viktig för att främja barns resiliens, självkänsla och förmåga att hantera svårigheter. Spontan fri lek stöder social och emotionell utveckling samt anpassningsförmåga, men kräver tillitsfulla relationer och medvetet stöd från pedagoger i småbarnspedagogikens strukturerade miljö. FN:s barnkonvention erkänner lek som en grundläggande rättighet och framhåller dess positiva inverkan på mental och fysisk hälsa. (12, 13, 14)

En annan central aspekt av resiliens är emotionell reglering, där barns förmåga att hantera sina känslomässiga reaktioner främjar deras sociala och emotionella välmående. Vårdnadshavares känslomässiga tillgänglighet och förmåga att reglera sina egna känslor spelar en viktig roll i att skapa en trygg anknytning, vilket är avgörande för barnets utveckling av resiliens. En säker anknytning ger barnet stabila inre modeller för att hantera känslor och relationer, medan osäker anknytning kan leda till svårigheter i både sociala och emotionella aspekter av livet. (4, 5, 9, 12, 14)

Resultat visar att faktorer som främjar resiliens i småbarnsfamiljer är starkt kopplade till den tidiga anknytningen mellan barn och deras primära vårdgivare samt förmågan att reglera känslor. En trygg anknytning, där vårdgivaren är känslig och lyhörd för barnets behov, är avgörande för barnets sociala och emotionella utveckling. Detta skapar en stabil grund för barnets framtida resiliens. Vårdnadshavarnas förmåga att förstå och möta barnets behov spelar också en central roll. Ett stabilt och stödjande hem bidrar till att barnet utvecklar de färdigheter och resurser som krävs för att hantera livets motgångar. (4, 5)

Resultat visar även att barn med hög resiliens ofta har positiva känslor och att de bättre kan hantera stress. Emotionell förmåga och resiliens påverkar både barnets psykiska och fysiska hälsa på lång sikt. Förmågan att vara självständig, optimistisk och socialt kompetent är också viktiga faktorer för att bygga resiliens. Stöd från vuxna, som vårdnadshavare, och ett tryggt socialt nätverk hjälper barnet att hantera svårigheter och utveckla en starkare resiliens. (2, 3, 5)

### **7.1.2 Individuella faktorer: Temperament, ålder och kön**

Temperament, ålder och kön hör till individuella faktorer som påverkar barns resiliens. Barn med ett "enkelt" temperament, som är flexibla och känslomässigt balanserade, tenderar att ha bättre förutsättningar att utveckla resiliens, medan barn med ett "svårt" temperament kan ha större benägenhet för beteendeproblem (6). Förmågan att reglera sina känslor utgör en central roll i utvecklingen av resiliens. Barn som kan reglera sina känslomässiga reaktioner på ett produktivt sätt har bättre socialt och emotionellt välmående, vilket stärker deras psykologiska resiliens. Det har också visat sig att barn med hög självreglering och förmåga att hantera sina känslor är mer benägna att hantera stress och motgångar på ett flexibelt sätt (14). När det gäller ålder, har tidigare forskning visat att resiliens utvecklas med åldern, och att äldre barn generellt har bättre förmåga att hantera svårigheter. Samspelet mellan ålder och kön är också viktigt, då barn kan reagera olika beroende på kön när de möter olika situationer. Förståelsen för dessa könsskillnader är viktig, eftersom de kan påverka hur barn utvecklar sina känslomässiga och resilienta förmågor (3).

Sammanfattningsvis visar resultat att barnets ålder, temperament och kön påverkar deras resiliens. Uthållighet var positivt kopplat till resiliens, där barn som kan koncentrera sig och hantera svårigheter ofta utvecklar en mer positiv syn på framtiden. Hög reaktivitet var däremot negativt kopplat till resiliens, då barn med svårigheter att reglera sina känslor och beteenden oftare stötte på problem. Ålder var den starkaste faktorn för resiliens, följt av uthållighet och reaktivitet. Studier visade också att barns emotionella förståelse utvecklas med åldern och är viktig för resiliens. Flickor presterade bättre än pojkar i att känna igen uttryck och konfliktförståelse, medan pojkar var starkare i perspektivtagande och förståelse av andras åsikter och önskemål. Trots könsskillnader hade åldern en större inverkan på emotionell förståelse. (3, 6, 7, 14)

### 7.1.3 Risk- och skyddsfaktorer

Småbarnsfamiljers resiliens påverkas av både risk- och skyddsfaktorer. Riskfaktorer som låg födelsevikt, vårdnadshavares sjukdom, missbruk och låg socioekonomisk status kan öka barnets sårbarhet och påverka utvecklingen negativt, exempelvis genom att försämra känslomässig reglering och sociala färdigheter. För att motverka dessa risker är det viktigt att stärka skyddsfaktorer som barnets temperament, självkänsla och föräldrars känslomässiga tillgänglighet och stöd. En stark anknytning mellan barn och vårdnadshavare, där vårdnadshavaren är lyhörd och stöttande, är avgörande för att främja resiliens och utveckling (5).

Riskfaktorer ökar sannolikheten för att problem ska uppstå, men leder inte nödvändigtvis till problem. Skyddsfaktorer, å andra sidan, kan mildra de negativa effekterna av stressiga livshändelser och hjälpa individer att hantera dessa bättre. En viktig skyddsfaktor är coping, som innebär att aktivt hantera stress genom kognitiva, beteendemässiga och emotionella reaktioner (6).

Något som även påverkar resiliens hos småbarnsfamiljer är främjande och skyddande faktorer. Främjande faktorer som biologisk och sociokulturell utveckling är viktiga och vanliga i den normala utvecklingen, och de är också förnybara. Centrala skyddsfaktorer inkluderar individens förmåga att hantera stress, en stödjande familjemiljö och goda interaktioner mellan vårdnadshavare och barn. Dessa faktorer är avgörande för att barn ska kunna anpassa sig till utmaningar och utvecklas positivt, även under svåra förhållanden (9).

Resultat visar att forskning om resiliens gör en skillnad mellan främjande och skyddande faktorer. Främjande faktorer bidrar till positiva resultat oavsett risknivå, medan skyddande faktorer spelar en särskild roll vid högre svårigheter och hjälper till att mildra negativa effekter av motgångar. Vårdnadshavare kan fungera både som främjande och skyddande faktorer genom att erbjuda stöd och skapa en trygg familjemiljö. Effektiva åtgärder för att främja resiliens kräver samarbete mellan olika system och noggrant övervägande av mål och interventioner. Bland de främjande faktorerna för resiliens hos småbarnsfamiljer ingår biologisk och sociokulturell utveckling, samt en stödjande familjemiljö med goda interaktioner mellan barn och vårdnadshavare. En

omsorgsfull familj med känslomässig omsorg, närhet och tillhörighet är avgörande för barnets förmåga att hantera utmaningar och utvecklas positivt. (9, 12, 14)

#### **7.1.4 Sociala nätverk som stöd för småbarnsfamiljers resiliens**

Sociala nätverk spelar en central roll i att stärka småbarnsfamiljers resiliens. Stöd från närstående, hjälpande relationer och en positiv syn på framtiden har identifierats som viktiga faktorer för att stärka barnets förmåga att hantera svårigheter. Stöd från vårdnadshavare och socialt stöd är avgörande för att minska stress och skapa ett tryggt och stödjande nätverk runt barnet, vilket i sin tur ökar dess möjlighet att utveckla resiliens. Vårdnadshavare som har tillgång till socialt stöd, exempelvis från familj, vänner eller samhällstjänster, har bättre förutsättningar att hantera de stress och utmaningar som är förknippade med vårdnadsansvaret. (5)

Resultat visar att stöd till småbarnsfamiljer, med fokus på att stärka vårdnadsansvaret, bygga anknytning och skapa tillgång till nätverk, kan bidra till att främja familjens resiliens (5). Detta stöd kan anpassas efter familjens kulturella och socio-ekonomiska bakgrund, eftersom olika kontexter kan påverka hur vårdnadshavare och barn hanterar svårigheter. Dessutom bidrar sammanhållning i fungerande samhällen till att skapa externa stödnätverk och gemenskaper som hjälper både barn och familjer att hantera livets utmaningar (9). Positiva relationer inom familj, småbarnspedagogik och samhälle stärker barns känsla av trygghet och bidrar till deras sociala, emotionella och kognitiva utveckling. Dessa stödjande relationer främjar en positiv men realistisk syn på livet och spelar därmed en central roll i att stärka både barns och familjers resiliens (12).

## **7.2 Hur småbarnspedagogiken stärker småbarnsfamiljers resiliens**

Småbarnspedagogiken har en central roll i att främja barns resiliens genom att skapa en trygg och stödjande miljö som ger dem verktyg för att kunna hantera livets utmaningar. Resiliens handlar om förmågan att anpassa sig och växa trots svårigheter, och forskning lyfter fram hur pedagoger genom att bygga förtroendefulla relationer, erbjuda emotionellt stöd och stimulera socialt lärande kan ge barn de verktyg de behöver för att utveckla dessa färdigheter. Särskilt för barn i utsatta situationer blir småbarnspedagogiken en

viktig skyddsfaktor, där olika strategier samverkar för att stärka deras sociala, känslomässiga och kognitiva utveckling (1, 7, 8, 13, 16).

Småbarnspedagogiken stärker dock inte bara barns utan även hela familjers resiliens genom att skapa en stödjande miljö som gynnar både barn och deras vårdnadshavare. Genom att tillhandahålla en stabil och trygg plats för barnen minskar småbarnspedagogiken familjens samlade stressnivå. Pedagoger kan också erbjuda direkt stöd till vårdnadshavare genom att dela strategier för att hantera utmaningar i vardagen, vilket bidrar till att skapa en helhetssyn på barnets utveckling och välmående. Detta främjar en positiv familjedynamik där alla parter blir stärkta i sin förmåga att hantera svårigheter (1, 12).

### **7.2.1 Trygghet och samverkan**

Småbarnspedagogiken spelar en central roll i att stärka barns resiliens, särskilt för barn som befinner sig i utsatta situationer. En trygg pedagogisk miljö erbjuder struktur och stabilitet, vilket är avgörande för att minska effekterna av riskfaktorer som otrygga hemmiljöer, socioekonomiska svårigheter och trauma. Genom att ge barn en känsla av förutsägbarhet och tillhörighet kan småbarnspedagogiken bidra till att dämpa stress och främja känslomässig trygghet (1, 7, 9).

Pedagogernas arbete med att identifiera barns individuella behov och styrkor är en viktig del av att minska riskerna. Till exempel kan barn som har upplevt flykt eller andra traumatiska händelser behöva extra stöd i att bearbeta sina upplevelser. Här spelar pedagogernas förmåga att skapa positiva relationer och erbjuda emotionellt stöd en avgörande roll. Det är genom dessa relationer som barn utvecklar känslomässig trygghet och självkänsla, vilket är avgörande för resiliensutveckling (8, 10).

Skyddsfaktorer i småbarnspedagogiken inkluderar inte bara relationerna mellan barn och pedagoger, utan också aktiviteter som är utformade för att stärka barns sociala och emotionella förmågor. Lek är särskilt betydelsefullt, eftersom den erbjuder en säker plats för barn att utforska känslor, öva problemlösning och stärka sina sociala färdigheter. Fri lek, där barn själva får styra sina interaktioner, har visat sig främja både social och emotionell hälsa (13, 15). Likaså har berättande och andra kreativa uttrycksformer

en betydande roll i att hjälpa barn att bearbeta svåra erfarenheter och utveckla en känsla av kontroll och sammanhang i sina liv (11, 16).

Ett nära samarbete mellan pedagoger och vårdnadshavare är avgörande för att skapa en helhetssyn på barnets behov och stärka skyddsfaktorer som bidrar till både barnets och familjens resiliens. Genom att dela kunskap och strategier kan pedagoger och vårdnadshavare tillsammans minska riskfaktorer, såsom socioekonomiska utmaningar och familjeproblem, som kan påverka barnets utveckling negativt. Genom att stötta och vägleda vårdnadshavare kan småbarnspedagogiken bidra till att skapa en stabil hemmiljö och erbjuda känslomässigt stöd, vilket rustar både barn och föräldrar att bättre hantera stress och förändringar. Denna samverkan är särskilt betydelsefull för familjer i utsatta situationer, där småbarnspedagogiken fungerar som ett viktigt stöd för att öka familjens samlade resiliens och säkerställa en konsekvent och trygg grund för barnets utveckling (8, 9, 10, 12).

Utöver detta betonas vikten av en inkluderande pedagogik där alla barn får känna sig sedda och delaktiga. Genom att skapa en miljö där barn uppmuntras att använda sina styrkor och få stöd i sina svagheter, bidrar småbarnspedagogiken till att utveckla deras förmåga att hantera motgångar. För barn i utsatta situationer är detta arbete särskilt viktigt för att skapa en känsla av hopp och framtidstro (1, 8, 16).

Sammanfattningsvis visar resultaten att småbarnspedagogiken kan fungera som en kraftfull skyddsfaktor i barns och deras familjers liv. Genom att erbjuda trygghet, stärkande relationer, utvecklande aktiviteter och en nära samverkan med hemmet bidrar småbarnspedagogiken till att rusta barnen med de verktyg de behöver för att möta livets utmaningar och utveckla resiliens (7, 8, 13, 15, 16).

### **7.2.2 Pedagogens roll i att stärka barn och familjers resiliens**

Relationer mellan barn och vuxna är en av de mest avgörande faktorerna för att stärka barns resiliens. I småbarnspedagogiken fungerar pedagogerna som trygga anknytningspersoner som kan ersätta eller komplettera bristande stöd i hemmet. Genom att skapa nära och förtroendefulla relationer bidrar pedagogerna till att barn känner sig sedda,

hörda och värdefulla. Detta känslomässiga stöd ger barnen en stabil grund att bygga sin självkänsla och förmåga att hantera utmaningar på (1, 7, 9).

Trygghet är ett återkommande tema i resultaten. En pedagogisk miljö som präglas av stabilitet, struktur och förutsägbarhet hjälper barn att känna sig säkra, även om deras livssituation utanför småbarnspedagogiken vore kaotisk. Tryggheten förstärks ytterligare genom pedagogers medvetna arbete med att skapa inkluderande och tillåtande miljöer där barn får möjlighet att uttrycka sig fritt och känna att deras känslor och behov respekteras (10, 12, 16).

Emotionellt stöd från pedagoger är avgörande för barns känslomässiga utveckling. Genom att visa empati, lyssna aktivt och svara på barnens känslor hjälper pedagogerna barnen att utveckla en bättre förståelse för sina egna känslor och hur dessa kan hanteras. Att kunna identifiera och reglera känslor är en viktig färdighet för att stärka resiliens och ger barn verktyg att möta stress och svårigheter på ett konstruktivt sätt (7, 13, 15).

Pedagogers engagemang är en annan central aspekt som lyfts fram i resultaten. Engagerade pedagoger, som är medvetna om vikten av sitt arbete och arbetar strategiskt för att stärka barns resiliens, gör stor skillnad. De använder sig av varierade strategier, från ledbaserade aktiviteter till spontana stunder i vardagen, för att främja socialt samspel och emotionell hälsa. Detta engagemang gör att barnen känner sig prioriterade och viktiga, vilket i sig är en skyddsfaktor mot negativa livserfarenheter (11, 13, 15).

Pedagogerna fungerar även som en trygg resurs för vårdnadshavare genom att erbjuda emotionellt stöd och praktiska råd i utmanande situationer. Detta bidrar till att vårdnadshavare får ökade resurser att skapa trygghet och struktur i hemmet, vilket i sin tur gynnar barnens utveckling. Genom sitt engagemang och empati stärker pedagogerna inte bara barnens självkänsla utan även vårdnadshavarnas tilltro till sin egen förmåga att hantera utmaningar (7, 10).

Resultaten visar därmed att relationer och trygghet inte bara är skyddsfaktorer i sig utan också grunden för att andra stödjande insatser ska fungera. Genom emotionellt stöd och engagerat arbete ger pedagogerna barnen både stabilitet och de färdigheter de behöver

för att hantera livets utmaningar. Dessa faktorer bidrar i hög grad till att stärka barns resiliens och förmåga att blomstra även trots svåra omständigheter (7, 8, 16).

### **7.2.3 Socialt lärande genom lek och lärmiljöer**

Småbarnspedagogiken erbjuder en unik miljö för socialt lärande, där barnen genom interaktioner med både kamrater och vuxna får möjlighet att utveckla viktiga sociala färdigheter. Den dagliga interaktionen i småbarnspedagogiken hjälper barn att förstå sociala normer, utveckla empati och öva på att lösa konflikter. Pedagoger spelar en avgörande roll i att vägleda och stödja dessa interaktioner, vilket skapar en trygg ram där barnen kan lära sig att bygga positiva relationer och samarbeta med andra. Denna förmåga att skapa och upprätthålla sociala relationer är en viktig del av barns resiliens (7, 13, 15).

Lärmiljön i småbarnspedagogiken har också stor inverkan på barns utveckling och resiliens. En välplanerad och trygg lärmiljö som erbjuder både struktur och flexibilitet främjar barns självständighet och lust att utforska. Miljöer som är rika på material och möjligheter till kreativ lek bidrar till att stärka barns kognitiva och sociala utveckling. Genom att skapa stimulerande och inkluderande miljöer säkerställer pedagoger att alla barn, oavsett bakgrund, får möjlighet att använda sina styrkor och utveckla nya färdigheter (10, 12, 16).

Utvecklingspsykologiska perspektiv lyfter fram vikten av att anpassa småbarnspedagogiken till barnens ålder och utvecklingsnivå. Genom att förstå hur barn utvecklas känslomässigt, socialt och kognitivt kan pedagoger utforma aktiviteter och strategier som stöder varje barns unika behov. Till exempel används berättande och dramatisering som verktyg för att stärka barns förmåga att bearbeta känslor och skapa en känsla av kontroll över sina liv. Dessa metoder hjälper barn att utveckla förståelse för sin omvärld och sin egen plats i den, vilket bidrar till deras resiliens (1, 8, 11).

Småbarnspedagogiken skapar också möjligheter för barn att lära sig genom observation och imitation, centrala principer inom socialt lärande. Genom att observera pedagoger och kamrater lär sig barn hantera känslor, lösa problem och navigera sociala situationer.

Pedagogers medvetna agerande som positiva förebilder är därför avgörande för att stödja denna process och hjälpa barn att utveckla konstruktiva beteendemönster (7, 13).

Vidare betonar resultaten vikten av lek som en grund för både socialt lärande och emotionell utveckling. Fri lek erbjuder barn möjlighet att experimentera med roller, utforska relationer och utveckla kreativitet. Genom lek lär sig barn att samarbeta, lösa konflikter och reglera sina känslor, vilket stärker både deras sociala färdigheter och deras motståndskraft mot utmaningar (13, 15).

En central aspekt av småbarnspedagogikens inverkan på småbarnsfamiljer är dess förmåga att skapa en lärmiljö som stöttar både barn och vårdnadshavare. Genom att engagera vårdnadshavare i pedagogiska aktiviteter och erbjuda insikter om barns utvecklingsbehov bidrar småbarnspedagogiken till att stärka hela familjen. Exempelvis kan vårdnadshavare genom småbarnspedagogikens arbete inspireras att använda leken som ett verktyg för att stärka relationen med sina barn och främja deras sociala och emotionella utveckling. Detta samspel mellan pedagoger och familjer bidrar till att skapa en mer resiliënt hemmiljö där alla medlemmar blir delaktiga i barnets utveckling (11, 13).

Sammanfattningsvis visar resultaten att småbarnspedagogiken, genom sitt fokus på socialt lärande, en välstrukturerad lärmiljö och en utvecklingspsykologisk förståelse, skapar en trygg och utvecklande plats för barn. Denna kombination av faktorer stärker barns resiliens genom att ge dem de färdigheter, relationer och erfarenheter de behöver för att hantera livets utmaningar och blomstra i både sociala och emotionella sammanhang (8, 10, 16).

## **8 Diskussion**

I detta kapitel diskuterar vi studiens resultat i relation till vår teoretiska referensram och våra forskningsfrågor. Vi börjar med en resultatdiskussion där vi analyserar de huvudsakliga fynden och deras betydelse. Därefter följer en metoddiskussion, där vi reflekterar över de styrkor och begränsningar som vår valda metod – innehållsanalys – medfört. Avslutningsvis diskuterar vi studiens användbarhet och ger förslag på områden för fortsatt forskning.

## **8.1 Resultatdiskussion**

I detta kapitel diskuteras de resultat som framkommit från studien om resiliens hos småbarnsfamiljer. Vi har valt att dela upp resultatdiskussionen i två underrubriker för att göra den tydligare och för att fokusera på olika delar av resiliens hos småbarnsfamiljer. Den första underrubriken handlar om nyckelfaktorer för att stärka småbarnsfamiljers resiliens, medan den andra fokuserar på småbarnspedagogikens roll i att stärka småbarnsfamiljers resiliens.

### **8.1.1 Nyckelfaktorer för att stärka småbarnsfamiljers resiliens**

Småbarnsfamiljers resiliens påverkas av en rad faktorer som samverkar för att stärka barnets förmåga att hantera livets utmaningar. En central faktor är trygg anknytning, där en känslig och lyhörd vårdnadshavare skapar en stabil grund för barnets sociala och emotionella utveckling. En trygg anknytning fungerar som en säker bas, vilket gör det möjligt för barnet att hantera stress och utveckla resiliens genom att uppleva trygghet i sina relationer. Detta stämmer överens med anknytningsteorin som John Bowlby utvecklade, där en positiv och säker relation till vårdnadshavaren är avgörande för barnets framtida förmåga att hantera svårigheter och utveckla resiliens (Broberg et al., 2020; Jerlang & Hagelthorn, 2008; 4, 5)

Vidare spelar vuxnas stöd en avgörande roll för att stärka barnens förmåga att hantera svårigheter. Vårdnadshavare och andra vuxna i barnets liv spelar en viktig roll genom att ge tröst, råd och hjälp med problemlösning (Furu & Heikkilä, 2022; 2, 3, 5). Detta stöder också Bronfenbrenners systemekologiska teori, som poängterar hur barnets utveckling påverkas av olika nivåer av system, där familj, vänner och småbarnspedagogik utgör centrala mikrosystem. Dessa system samverkar för att bidra till barnets känsla av trygghet och stöd. Stöd från dessa nätverk stärker barnets resiliens genom att erbjuda både emotionellt och praktiskt stöd vid svårigheter (Hwang & Nilsson, 2019).

En annan viktig aspekt för att bygga resiliens hos barn är deras förmåga till känslomässig reglering och deras sociala nätverk. Barn som har lättare att reglera sina känslor och som har stöd från en trygg social miljö hanterar stress bättre och utvecklar en starkare förmåga att möta framtida motgångar. Forskning visar att barn som får stöd och

trygghet från sina närmaste, särskilt i stressiga eller osäkra situationer, bättre kan hantera de utmaningar de möter (Gal-Szabo et al., 2017; 6, 9, 12). Det salutogena perspektivet, som fokuserar på de faktorer som främjar hälsa och välbefinnande, betonar betydelsen av socialt stöd och positiva relationer för att skapa en trygg grund för barnets resiliens. Genom att uppleva trygghet och stabilitet utvecklas barnets känsla av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet – faktorer som, enligt Antonovskys teori, är centrala för att hantera stress och motgångar (Tamm, 2012).

Sammanfattningsvis bidrar både individuella och miljömässiga faktorer till att stärka resiliens i småbarnsfamiljer. För att stödja barn och vårdnadshavare i att utveckla resiliens är det viktigt att skapa en miljö där trygg anknytning, känslomässig tillgänglighet, socialt stöd och positiva utvecklingsmöjligheter samverkar. Vårdnadshavare och pedagoger kan främja barns resiliens genom att erbjuda en stabil och trygg grund där barn kan utforska, utvecklas och hantera svårigheter. Det innebär att man inte bara fokuserar på barnets individuella förmågor utan också på att bygga upp en stärkande omgivning, inklusive socialt nätverk och samhällsstöd, för att skapa förutsättningar för långsiktig resiliens och utveckling (9, 12, 14; Eriksson, 2015; Tamm, 2012).

Vi kan dra slutsatsen att både individen och omgivningen spelar en lika viktig roll i att bygga resiliens hos småbarn och deras familjer. Resiliens är inte enbart en individuell förmåga, utan ett resultat av samspelet mellan barnets inre förmågor och den yttre stödjande miljön. Därför är det viktigt att förstå och stödja hela familjens välmående och utveckling för att skapa en hållbar och långsiktig resiliens.

Det som framkommer genom vår studie är att i arbetslivet, särskilt inom småbarnspedagogik och socialt arbete, är det avgörande att ha en helhetssyn på familjers och barns behov. Genom att förstå de faktorer som påverkar resiliens, kan professionella skapa bättre förutsättningar för att stödja både barn och vårdnadshavare genom svårigheter.

Dessa resultat är relevanta för yrkesgrupper som arbetar med barn och familjer. För pedagoger innebär det att förstå och tillämpa teorier om emotionell utveckling och anknytning för att stödja barns utveckling, och för arbetsgivare att skapa en balans mellan

arbetsliv och familjeliv för att stärka småbarnsfamiljers resiliens. Professionella inom socialt arbete bör också erbjuda stöd för att stärka familjers nätverk och förmåga att hantera svårigheter.

### **8.1.2 Faktorer i småbarnspedagogiken som främjar barn och familjers resiliens**

Resultaten från studien visar att småbarnspedagogiken spelar en avgörande roll för att stärka barns och deras familjers resiliens, genom att skapa trygga och förutsägbara miljöer. Enligt Bowlbys anknytningsteori är en trygg anknytning till vuxna avgörande för barns förmåga att hantera svårigheter och utveckla sociala färdigheter. I småbarnspedagogiken fungerar pedagogerna som viktiga anknytningspersoner, särskilt för barn som saknar stabilt stöd hemma, vilket stödjer tidigare forskning om att trygghet och stabilitet i relationer stärker barns resiliens (7, 13, 15). Resultaten visar att en strukturerad lärmiljö, där barnen får stöd för att utveckla sina sociala och känslomässiga färdigheter genom lek och interaktioner med både vuxna och kamrater, är central för att stärka deras förmåga att hantera livets utmaningar. Detta bekräftar teorin om att trygg anknytning och tillitsfulla relationer ger barnen en stabil grund att bygga sin resiliens på (Hayes et al., 2020; 7, 13).

Bronfenbrenners systemekologiska teori understryker att barns utveckling sker genom interaktioner inom olika mikrosystem, såsom familj och småbarnspedagogik. Resultaten visar att pedagogernas engagemang och förmåga att skapa nära, stödjande relationer är avgörande för att stärka barns och deras familjers resiliens. I en miljö som tillåter både struktur och flexibilitet, kan barn utveckla både kognitiva och sociala färdigheter, vilket är centralt för att hantera motgångar (Hayes et al., 2020; 7, 13). Pedagogerna fungerar som förebilder och genom socialt lärande hjälper de barnen att utveckla viktiga förmågor för att hantera känslor och bygga relationer, vilket stärker deras resiliens. Lek, som är en viktig social interaktion för barn, ses som en viktig arena för att öva sociala färdigheter och lösa konflikter, vilket överensstämmer med Bronfenbrenners syn på sociala interaktioners roll i utvecklingen (Hwang & Nilsson, 2022; 13, 15).

I enlighet med Antonovskys salutogena perspektiv, där känslan av sammanhang är central, visar resultaten att en trygg och stimulerande lärmiljö stärker barns förmåga att

hantera utmaningar och skapa meningsfulla relationer. Genom att skapa en miljö som främjar både trygghet och utforskande, får barnen möjlighet att utveckla sina styrkor och känna en ökad känsla av begriplighet och hanterbarhet, vilket är avgörande för deras resiliens (Eriksson, 2015; Borge, 2011; 7, 13, 15). Resultaten bekräftar Antonovskys teori om att en förutsägbar och stödjande miljö bidrar till att barnen utvecklar en känsla av sammanhang, vilket stärker deras resiliens. Detta stödjer också tidigare forskning om vikten av att anpassa pedagogiken efter barnens ålder och utvecklingsnivå för att skapa en miljö som ökar deras känsla av meningsfullhet (Tamm, 2012; Furu & Heikkilä, 2022; 1, 8, 11).

Grunderna för planen för småbarnspedagogik (Utbildningsstyrelsen, 2022) och resultaten kring hur småbarnspedagogiken stärker barns och familjers resiliens visar tydliga kopplingar. Föreskrifterna betonar vikten av att skapa en helhetsskapande och inkluderande lärmiljö, något som i resultaten lyfts fram som en avgörande skyddsfaktor för barns utveckling och familjers motståndskraft (7, 8, 13). De fem lärområden, som exempelvis ”jag och vår gemenskap” och ”språkens rika värld”, stödjer barns sociala och emotionella utveckling genom att integrera lärande och lek, vilket forskning visar är centralt för att stärka resiliens (13, 15, Utbildningsstyrelsen, 2022). Pedagogernas roll som trygga anknytningspersoner och förebilder är också avgörande för att ge barnen emotionellt stöd och trygghet, vilket stärker deras förmåga att hantera utmaningar (7, 10, 16). Vidare betonas i planen vikten av samverkan mellan pedagoger och vårdnadshavare, något som resultaten visar är centralt för att stärka hela familjens resiliens genom att dela strategier och främja en stabil hemmiljö (12, Utbildningsstyrelsen, 2022).

Sammanfattningsvis visar resultaten att småbarnspedagogikens förmåga att skapa trygga och stödjande relationer är en nyckelfaktor för att stärka såväl barns som deras familjers resiliens. Genom att skapa en lärmiljö som främjar både socialt lärande och emotionell utveckling, kan pedagogerna bidra till att utveckla barns förmåga att hantera livets utmaningar och bygga en stabil grund för framtida utveckling (7, 13, 15; Furu & Heikkilä, 2022).

Utifrån vår studie har vi fått svar på våra frågeställningar och kan dra slutsatsen att flera faktorer påverkar småbarnsfamiljers resiliens, och att småbarnspedagogik spelar en

avgörande roll i att stärka denna resiliens. För det första visar våra resultat att både individuella egenskaper och externa miljöfaktorer, såsom relationer i familjen och stödet från pedagoger, är avgörande för barnens förmåga att hantera svårigheter. Dessa faktorer samverkar på ett sätt som gör att familjens förmåga att stå emot påfrestningar inte bara handlar om barnets egna förmågor utan också om den omgivning barnet växer upp i. För att stärka resiliens hos både barn och vårdnadshavare krävs en helhetssyn där alla dessa faktorer beaktas.

En viktig slutsats vi kan dra är att småbarnspedagogiken har en avgörande roll i att skapa en trygg och stödjande miljö som stärker barns känslomässiga och sociala utveckling. Genom att pedagoger bygger stabila relationer, erbjuder struktur och samtidigt främjar flexibilitet, stärks barns förmåga att hantera utmaningar. Detta stöd gynnar också vårdnadshavarna, då pedagogerna fungerar som viktiga anknytningspersoner och förebilder.

I praktiken innebär våra resultat att pedagoger behöver en djup förståelse för de faktorer som påverkar resiliens, och arbeta aktivt med att skapa trygga relationer, anpassa pedagogiken och använda socialt lärande för att stärka barns förmåga att hantera känslor och konflikter. Samtidigt är det avgörande att arbetsgivare och organisationer skapar förutsättningar för pedagoger att upprätthålla en balans mellan arbete och privatliv, för att undvika utbrändhet och säkerställa ett långsiktigt stöd till både barn och familjer.

Småbarnspedagogiken handlar inte enbart om att stödja barnen, utan om att inkludera hela familjen. Genom att tillämpa teorier om anknytning och resiliens kan pedagoger bidra till en hållbar utveckling som stärker både barns och familjers motståndskraft.

## **8.2 Metoddiskussion**

I vårt lärdomsprov har vi valt att genomföra en litteraturstudie för att få en översikt över den forskning och teori som finns kring resiliens och småbarnspedagogik. Litteraturstudien har hjälpt oss att samla och analysera tidigare forskning och har gett oss en bra grund för att förstå de centrala faktorer som påverkar småbarnsfamiljers resiliens. För att bearbeta och tolka materialet har vi använt oss av innehållsanalys, en analysmetod

som har varit viktig för att systematiskt identifiera mönster och kategorier i den insamlade litteraturen. En fördel med litteraturstudien är att den har gett oss en teoretisk och bred översikt över ämnet, vilket har varit viktigt för att förstå hur småbarnspedagogik påverkar småbarnsfamiljers resiliens. Litteraturstudien har också gjort det möjligt att koppla våra resultat till befintliga teorier och forskning inom området.

Innehållsanalys har varit en passande analysmetod för att hantera den stora mängd material vi samlat in. Genom att använda en systematisk process för att koda och kategorisera data har vi kunnat identifiera relevanta teman och mönster. En styrka med innehållsanalys är dess flexibilitet och förmåga att arbeta med stora mängder text på ett strukturerat sätt. En utmaning med innehållsanalys är att det krävs en hög grad av objektivitet i tolkningarna. Eftersom vi själva gör tolkningarna kan våra egna förståelser påverka resultaten. För att minska denna risk har vi arbetat i team och haft regelbundna diskussioner för att säkerställa att vi håller oss objektiva och överens om våra kategoriseringar.

En annan utmaning har varit att välja de mest relevanta artiklarna för vår litteraturöversikt. Eftersom det finns ett stort antal källor om ämnet har det ibland varit svårt att avgränsa oss och välja de mest relevanta. För att hantera detta har vi använt inklusions- och exklusionskriterier och genomfört en kvalitetsgranskning av vårt material, vilket har hjälpt oss att säkerställa att vi använder den mest relevanta och högkvalitativa litteraturen. Trots dessa utmaningar anser vi att litteraturstudien, tillsammans med innehållsanalys, har varit en effektiv metod för att besvara våra forskningsfrågor. Metoden har gett oss en grundlig förståelse av hur småbarnspedagogik påverkar småbarnsfamiljers resiliens, och den har hjälpt oss att identifiera de viktigaste faktorerna inom området.

För att komplettera vår metod hade vi kunnat använda oss av intervjuer med pedagoger och vårdnadshavare, eller utföra en enkätundersökning. Genom att inkludera intervjuer eller enkätundersökningar skulle vi kunna få en djupare förståelse för de individuella och sociala faktorer som påverkar småbarnsfamiljers resiliens och hur småbarnspedagogik tillämpas i vardagen. Detta skulle ha varit ett sätt att bekräfta våra resultat och stärka trovärdigheten i vår studie.

Sammanfattningsvis anser vi att litteraturstudien, tillsammans med innehållsanalys, har varit en lämplig och effektiv metod för att undersöka vårt ämne. Trots vissa utmaningar har metoden gett oss en bra översikt och förståelse för hur småbarnspedagogik kan främja småbarnsfamiljers resiliens och vilka faktorer som spelar en central roll i denna process.

Avslutningsvis vill vi ännu redogöra för vår arbetsfördelning vid skrivandet av detta lärodomsprov. Vi har delat upp arbetet utifrån våra styrkor för att arbeta effektivt. Marie ansvarade för de inledande kapitlen, det salutogena perspektivet, datainsamling och faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens. Janina bidrog med tidigare forskning, anknytningsteorin, etiska aspekter och faktorer som främjar småbarnsfamiljers resiliens. Jenna fokuserade på systemekologisk teori, metod och småbarnspedagogikens roll. Alla deltog i sökarbete och artikelval, och resultatdiskussionen samt metoddiskussionen fördelades mellan oss.

### **8.3 Användbarhet och förslag på vidare forskning**

När det gäller forskningen om resiliens hos småbarn, särskilt inom ramen för småbarnspedagogik, finns det fortfarande flera områden som behöver utforskas vidare. För det första skulle det vara värdefullt att undersöka långsiktiga effekter av pedagogiska insatser för att främja resiliens. Även om det finns viss forskning kring hur resiliens kan främjas under barndomen, är det fortfarande osäkert hur dessa insatser påverkar barn på lång sikt, både i deras utveckling och i deras förmåga att hantera livets utmaningar som äldre. En annan intressant aspekt skulle vara att undersöka skillnader i hur olika socioekonomiska grupper eller kulturer upplever och främjar resiliens hos barn, eftersom dessa faktorer kan spela en viktig roll i utvecklingen av resiliens.

Tips till kommande forskare inom detta ämne är att försöka samla data från en bredare variation av källor och metoder. Att kombinera både kvalitativa och kvantitativa metoder kan ge en mer nyanserad bild av hur olika faktorer påverkar barns resiliens. Vidare är det viktigt att inte bara fokusera på de faktorer som främjar resiliens utan även att undersöka möjliga hinder och risker, för att få en mer helhetsbild av barns utveckling i olika sammanhang.

När det gäller huruvida vårt resultat är användbart, kan vi säga att det ger en bra översikt över aktuella forskningsresultat om resiliens i relation till småbarnspedagogik. Resultaten kan vara användbara för pedagoger och andra professionella inom småbarnspedagogik, eftersom de bidrar till att tydliggöra hur resiliens kan förstås och främjas i småbarnspedagogik. Vidare kan vårt arbete ge en grund för vidare forskning och utveckling av pedagogiska metoder och program för att stötta barns utveckling av resiliens, vilket kan ha långsiktiga positiva effekter på deras liv.

## Källor

- Andreasson, J., & Johansson, T. (2024). *Handbok för uppsatsskrivande: Att genomföra en kvalitativ undersökning och presentera sina resultat* (1 uppl.). Studentlitteratur.
- Archdall, K., & Kilderry, A. (2016). Supporting Children's Resilience: Early Childhood Educator Understandings. *Australasian Journal of Early Childhood*. DOI: 10.1177/183693911604100308
- Aydoğdu, F., Gürsoy, F., & Aral, N. (2024). Social Emotional Well-Being, Psychological Resilience and Behavioral Problems in Preschool Children: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Asia-Pacific Journal of Research in Early Childhood Education*, 18(1). <http://doi.org/10.17206/apjrece.2024.18.1.25>
- Beltman, S., Dobson, M.R., Mansfield, C.F., & Jay, J. (2020). 'The Thing that Keeps Me Going': Educator Resilience in Early Learning Settings. *International journal of early years education*, 28(4), 303–318. <https://doi.org/10.1080/09669760.2019.1605885>
- Borge, A. I. H., & Larson, P. (2011). *Resiliens: Risk och sund utveckling* (2., rev., uppdaterade och utök. uppl.). Studentlitteratur.
- Bouilett, D., Ivanec, P., & Miljević-Ričić, R. (2014). Preschool Teachers' Resilience and Their Readiness for Building Children's Resilience. *Emerald group publishing limited*. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/HE-11-2013-0062/full/html>
- Broberg, A., Risholm Mothander, P., & Granqvist, P. (2020). *Anknytningsteori*. Natur & Kultur.
- Bronfenbrenner, U. (1981). *The Ecology of Human Development. Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Brunnberg, E., & Hart, A. (2016). En magisk box för resiliensskapande insatser: Strategiskt, kreativt och engagerat stöd i samverkan med barn i kris, på flykt eller i andra svåra livssituationer. *Social-medicinsk tidskrift*, 93(1), 82.
- Chen, H., Hong, Q., Xu, J., Liu, F., Wen, Y., & Gu, X. (2021). Resilience Coping in Preschool Children: The Role of Emotional Ability, Age, and Gender. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 5027. <https://doi.org/10.3390/ijerph18095027>
- Danielson, E. (2017). Kvalitativ innehållsanalys. I M, Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: Från idé till examination inom omvårdnad* (2:1 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Eriksson, M. (2015). *Salutogenes: Om hälsans ursprung; från forskning till praktisk tillämpning*. Liber.
- Forsberg, C., & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier: Värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning* (3 uppl.). Natur & Kultur.

- Friberg, F. (2022). *Dags för uppsats: Vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (4 uppl.). Studentlitteratur.
- Furu, A., & Heikkilä, M. (2022). *Resiliens i förskolan: Att stärka barns välmående, delaktighet och handlingskraft* (Första utgåvan). Natur & Kultur.
- Gal-Szabo, D., Spinrad, T., Eisenberg, N., & Sulik, M. (2017). The Relations of Children's Emotional Knowledge to Their Observed Social Play and Reticent/Uninvolved Behavior in Preschool: Moderation by Effortful Control. *Wiley*. DOI: 10.1111/sode.12321
- Hanson, A. (2015). *Salutogen kultur: Från värdegrund till verksamhetsnytta*. Salutogent ledarskap Sverige.
- Hayes, N., O'Toole, L., & Halpenny, A. M. (2023). *Introducing Bronfenbrenner. A Guide for Practitioners and Students in Early Years Education* (2 uppl.). Routledge.
- Henricson, M. (2017). *Vetenskaplig teori och metod: Från idé till examination inom omvårdnad* (2:1 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Herrmann, Z. (2021). Supporting Resilience in ECE: Strategies for Teachers. *He Kupu*, 6(4). <https://www.hekupu.ac.nz/sites/default/files/2021-05/05%20Herrman.pdf>
- Hewes, J. (2014). Seeking Balance in Motion: The Role of Spontaneous Free Play in Promoting Social and Emotional Health in Early Childhood Care and Education. *Children*, 1(3), 280–301. <https://doi.org/10.3390/children1030280>
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2011). *Utvecklingspsykologi* (3., [rev.] utg.). Natur och kultur.
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2019). *Utvecklingspsykologi* (4 uppl., första tryckningen.). Natur & Kultur.
- Jerlang, E., & Hagelthorn, M. (2008). *Utvecklingspsykologiska teorier: En introduktion*. Liber.
- Karela, C. (2023). Preschool Teachers' Perception on the Development and Promotion of Resilience in Young Children at Kindergarten. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 49(3), 182–190. <https://doi.org/10.9734/ajess/2023/v49i31146>
- Karela, C. (2024). Supporting Preschool Children's Resilience at Basic Daily Context: Parents' and Teachers' Views in Selected Kindergartens in Greece. *Archives of Current Research International* 24 (3):86-96. <https://doi.org/10.9734/acri/2024/v24i3648>
- Kihara, A-B. (2022). *Bronfenbrenners systemekologiska teori / Bronfenbrenner's theory of ecological systems* [figur]. <https://www.glowm.com/article/heading/vol-1--female-genital-mutilation--social-and-gender-norms-and-the-bioecological-modeling-influencing-the-practice-of-female-genital-mutilationcutting-fgmc/id/417943>

- Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M, Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: Från idé till examination inom omvårdnad* (2:1 uppl.). Studentlitteratur AB
- Leuzinger-Bohleber, M. (2014). Social Emotional Risk Factors. *Child indicators research*, 7(4), 715-734. <https://doi.org/10.1007/s12187-014-9261-7>
- Masten, A., & Barnes, A. (2018). Resilience in Children: Developmental Perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Masten, A. (2014). Global perspectives on Resilience in Children and Youth. *Child Development*. DOI: 10.1111/cdev.12205
- Miljević-Riđički, R., Plantak, K., & Bouillet, D. (2017). Resilience in Preschool Children – The Perspectives of Teachers, Parents and Children. *The international journal of emotional education*, 9(2), 31–43.
- Neuendorf, K. A. (2017). *The content analysis guidebook* (2 uppl.). SAGE Publications.
- Ramamurthy, C., Zuo, P., Armstrong, G., & Andriessen, K. (2024). The Impact of Storytelling on Building Resilience in Children: A Systematic Review. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 31, 525–542. <https://doi.org/10.1111/jpm.13008>
- Skala, K., & Bruckner, T. (2014). Beating the Odds: An Approach to the Topic of Resilience in Children and Adolescents. *Neuropsychiatrie*, 28(4), 208–217. <https://doi.org/10.1007/s40211-014-0125-7>
- Tamm, M. (2012). *Psykosociala teorier vid hälsa och sjukdom* (3. [rev.] uppl.). Studentlitteratur.
- Forskningsetiska delegationen (TENK). (2023). *God vetenskaplig praxis*. <https://tenk.fi/sv/forskningsfusk/god-vetenskaplig-praxis-gvp>
- Thompson, R., Thornton, E., O'Byrne, R., & Lumley, M. (2023). A Qualitative Exploration of Everyday Resilience in Kindergarten Children. *Journal of Child and Family studies*, 32, 3947–3959. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02660-7>
- Utbildningsstyrelsen. (2022). *Grunderna för planen för småbarnspedagogik*. [https://www.opf.fi/sites/default/files/documents/Grunderna\\_for\\_planen\\_for\\_smabarnspedagogik\\_2022\\_0.pdf](https://www.opf.fi/sites/default/files/documents/Grunderna_for_planen_for_smabarnspedagogik_2022_0.pdf)
- Walsh, O., & Kane, J. (2015). Nurturing Resilience to Help Children Flourish in the Early Years. *International Journal of Practice-Based Learning in Health and Social Care*, 3(2), 77–85. <https://doi.org/10.18552/ijpblhsc.v3i2.198>
- Yavuz, K. (2023). Psychological Resilience in Children and Adolescents: The Power of Self-Recovery. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 15(1), 112–131. <https://doi.org/10.18863/pgy.1054060>

Yoleri, S. (2020). Factors Affecting Level of Children Resilience and Teachers' Opinions about Resilience. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 7(3), 361–378. <https://doi.org/10.21449/ijate.780247>

Östlundh, L. (2017). Informationssökning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats: Vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (4 uppl.). Studentlitteratur.

## Bilagor

*Bilaga 1. Tabell över datainsamling.*

Datum för sökning	Databas	Sökord	Filter	Antal träffar	Antal valda artiklar	Artikels titel
4.11.2024	Academic Search Complete (EBSCO)	Resilience in children AND Kindergaten AND Everyday resilience	Full text, peer reviewed, English, publicerad mellan 2014-2024	18	1	A Qualitative Exploration of Everyday Resilience in Kindergarten Children
5.11.2024	Google Scholar	kindergarten AND children AND resilience	Full text, peer reviewed	97 400	1	Preschool Teachers' Perception on the Development and Promotion of Resilience in Young Children at Kindergarten
13.11.2024	Google Scholar	kindergarten AND children AND resilience AND teachers	Publicerad 2020	9 210	1	Factors Affecting Level of Children Resilience and Teachers' Opinions about Resilience
6.11.2024	Google Scholar	kindergarten AND children AND resilience AND teachers	Publicerad mellan 2014-2024	17700	1	The Impact of Storytelling on Building Resilience in Children: A Systematic Review
13.11.2024	Arcada Finna	“resilience in children” + “protective factor” + vulnerability	Fulltext, peer reviewed, 2018-2024	503	1	Resilience in Children: Developmental Perspectives

7.11.2024	Arcada Finna	”childhood resilience + stress + family + kindergarten	Full text, peer reviewed	27	1	Resilience Coping in Preschool Children: The Role of Emotional Ability, Age, and Gender
7.11.2024	Arcada Finna	“children resilience” + kindergarten	Full text, peer reviewed	166	1	Social Emotional Risk Factors
7.11.2024	Arcada Finna	“psychological resilience” + children + daycare	Full text, peer reviewed	41	1	Beating the Odds: An Approach to the Topic of Resilience in Children and Adolescents
7.11.2024	Arcada Finna	“Psychological resilience” + children + preschool + teachers	Full text, peer reviewed	209	1	Psychological Resilience in Children and Adolescents: The Power of Self-Recovery
7.11.2024	Arcada Finna	Motståndskraft + barn	Full text, peer reviewed	30	1	En magisk box för resiliensskapande insatser: Strategiskt, kreativt och engagerat stöd i samverkan med barn i kris, på flykt eller i andra svåra livssituationer
13.11.2024	Arcada Finna	Perspective AND Early childhood AND Kindergarten AND Resilience building	Full text, publicerad mellan år 2014–2024, English	1149	1	Resilience in Preschool Children – The Perspectives of Teachers, Parents and Children
13.11.2024	Google Scholar	Resilience-AND	Publicerad	313	1	Supporting Preschool Children’s

		promotion strategies AND preschool children AND basic social context AND parents' perspective AND teachers' perspective	mellan 2023- 2024			Resilience at Basic Daily Context: Parents' and Teachers' Views in Selected Kindergartens in Greece
14.11.2024	Google Scholar	"Supporting resilience" children early education teacher	Public-erad mellan 2014-2024	2290	1	Nurturing Resilience to Help Children Flourish in The Early Years
15.11.2024	Google Scholar	resilience kindergarten "early childhood care and education"	Public-erad mellan 2014-2024	3160	1	Seeking Balance in Motion: The Role of Spontaneous Free Play in Promoting Social and Emotional Health in Early Childhood Care and Education
17.11.2024	Google Scholar	resilience source:early source:childhood source:education	Public-erad mellan 2014-2024	970	1	Social Emotional Well-Being, Psychological Resilience and Behavioural Problems in Preschool Children: The Mediating Role of Emotion Regulation
14.11.2024	Google Scholar	"Supporting resilience" children early education teacher	Public-erad mellan 2014-2024	2290	1	Supporting Resilience in ECE: Strategies for Teachers

Bilaga 2. Artiklar inkluderade i resultat.

Nr.	Författare och årtal	Databas	Titel	Syfte samt målgrupp	Resultat
1.	E. Brunnberg & A. Hart 2016	Arcada Finna	En magisk box för resiliensskapande insatser: Strategiskt, kreativt och engagerat stöd i samverkan med barn i kris, på flykt eller i andra svåra livssituationer	Artikeln presenterar en modell för resiliensterapi (RT) som syftar till att ge vuxna i barns närhet verktyg för att stärka barns motståndskraft i svåra situationer, som exempelvis flykt eller kris.	Även små insatser kan ha en avgörande betydelse och skapa nya möjligheter för barnet. Metoden har ett hoppfullt och konstruktivt perspektiv, där kontinuerliga försök att skapa positiv förändring är centrala, men utan tydliga kvantifierade resultat.
2.	R.Thompson, E. Thornton, R. O'Byrne & M. Lumley 2023	Academic Search Complete (EBSCO)	A Qualitative Exploration of Everyday Resilience in Kindergarten Children	Syftet med artikeln är att undersöka "vardagsresiliens" hos barn i småbarns-pedagogik utan att fokusera på barn med specifika riskfaktorer eller hög risk.	Studien visar att barns resiliens uppstår inom områden som förändring, kamrater och hälsa, med strategier där både barn och vuxna bidrar. Indirekta metoder fångar nyanserade insikter om resiliens.
3.	H. Chen, Q. Hong, J. Xu, F. Liu, Y. Wen & X. Gu 2021	Arcada Finna	Resilience Coping in Preschool Children: The Role of Emotional Ability, Age, and Gender	Artikeln syftar till att undersöka hur barns emotionella förmåga påverkar deras resiliens, med fokus på skillnader i ålder och kön.	Studien visar att äldre barn har högre emotionell förmåga och resiliens, och att emotionell förmåga har en positiv effekt på resiliens, även om vissa könsskillnader endast gäller specifika aspekter av resiliens.
4.	M. Leuzinger-Bohleber 2014	Arcada Finna	Social Emotional Risk Factors	Syftet med artikeln är att utforska hur anknytning samverkar i barns sociala och emotionella utveckling.	Resultaten visar att anknytning är avgörande för barnets förmåga att skapa trygga sociala relationer.
5.	K. Yavuz 2022	Arcada Finna	Psychological	Syftet med artikeln är att ge en översikt över	Resultaten visar att resiliens är en dynamisk process, inte en

			Resilience in Children and Adolescents: The Power of Self-Recovery	forskning om psykologisk resiliens hos barn och ungdomar, särskilt hur resiliens kan skydda deras psykologiska välmående.	statisk eller medfödd egenskap. Resiliens utvecklas genom samspelet mellan barnets inre faktorer och omgivande miljöfaktorer.
6.	K. Skala & T. Bruckner 2014	Arcada Finna	Beating the Odds: An Approach to the Topic of Resilience in Children and Adolescents	Syftet med artikeln är att identifiera de viktigaste faktorerna som bidrar till barns förmåga att hantera stress och motgångar.	Resultaten visar att faktorer som kön, intelligens, personliga egenskaper, genetiska faktorer, en stabil relation till en vuxen i familjen och integration i samhället bidrar till att stärka resiliens.
7.	S. Yoleri 2020	Google Scholar	Factors Affecting Level of Children Resilience and Teachers' Opinions about Resilience	Syftet med studien är att undersöka sambandet mellan resiliens hos barn, deras temperament och ålder, samt att analysera pedagogers syn på resiliens, riskfaktorer och skyddsfaktorer.	Resultaten visar att både ålder och temperament (specifikt ihärdighet och reaktivitet) är betydande faktorer för att förutsäga resiliens hos barn. Resiliensnivåerna hos barnen ökade även med åldern.
8.	R, Miljevic, K, Plantak & D, Bouillet 2017	Arcada Finna	Resilience in Preschool Children - The Perspectives of Teachers, Parents and Children	Syftet med denna artikel är att utforska hur föräldrar, pedagoger och barn i småbarnspedagogik förstår begreppet resiliens.	Enligt föräldrar är resilienta barn självsäkra, balanserade och bra på att hantera misslyckanden och konflikter. Barnen beskriver resilienta personer som hjälpsamma, omtänksamma och stödjande, och de lyfter fram vikten av att söka hjälp från vuxna och lära sig av sina föräldrar i svåra situationer.
9.	A, Masten & A, Barnes 2018	Arcada Finna	Resilience in Children: Developmental Perspectives	Syftet med artikeln är att visa hur forskning om resiliens har utvecklats och hur	Resultatet visar att resiliens är vanligt och kan utvecklas genom interaktioner mellan olika system, som

				den kan användas för att stödja barns hälsosamma utveckling, särskilt genom insatser från vårdpersonal och utbildare.	biologiska och sociala faktorer. Det betonas att faktorer som hur mycket en person utsätts för utmaningar, när dessa sker i livet och stödet från pedagoger spelar en viktig roll för att stärka resiliens. Dessutom kan resiliens förbättras genom rätt insatser och vid rätt tidpunkt. sammanfatta ytterligare
10.	C. Karela 2024	Google Scholar	Supporting Preschool Children's Resilience at Basic Daily Context: Parents' and Teachers' Views in Selected Kindergartens in Greece	Syftet med denna studie var att klargöra förståelsen av begreppen "risk och resiliens" hos unga barns huvudvårdare (föräldrar och pedagoger), samt att undersöka och jämföra deras perspektiv på de dagliga strategier som tillämpas för att utveckla och främja barns resiliens i hemmet respektive i skolan.	Resultaten visade att både mödrar och pedagoger erkände risker och stressfaktorer i barns utveckling. Skillnaden låg i att pedagoger betonade vikten av riskfaktorer i familjen, såsom försummelse, missbruk, skilsmässa och ekonomiska problem, medan mödrar mer refererade till individuella faktorer hos barnet (t.ex. sjukdom, kognitiva funktionsnedsättningar) eller socio-kulturella faktorer (t.ex. kriser, mobbning, internetberoende).
11.	C. Ramamurthy, P. Zuo, G. Armstrong, & K. Andriessen 2024	Google Scholar	The Impact of Storytelling on Building Resilience in Children: A Systematic Review	Artikeln syftar till att sammanställa forskning om hur berättande påverkar utvecklingen av resiliens hos barn.	Resultat visar att användningen av berättelser förbättrar barns psykologiska resiliens genom att utveckla skyddande faktorer som hjälper dem att hantera stress och motgångar.
12.	O. Walsh & J. Kane 2015	Google Scholar	Nurturing Resilience to Help Children Flourish in	Syftet med artikeln är att undersöka hur motståndskraft (resiliens) kan stödjas hos små barn,	Många av de komponenter som främjar resiliens finns närvarande i tidiga årsmiljöer, men de uppstår ofta som en indirekt

			the Early Years	särskilt i åldrarna 0–4 år.	konsekvens av andra aktiviteter. Det finns ett behov av att fokusera mer direkt på att främja resiliens hos små barn.
<b>13.</b>	J. Hewes 2014	Google Scholar	Seeking Balance in Motion: The Role of Spontaneous Free Play in Promoting Social and Emotional Health in Early Childhood Care and Education	Artikeln syftar till att undersöka hur spontan fri lek, som styrs och kontrolleras av barnen själva, bidrar till deras individuella välbefinnande och bygger en grund för livslång social och emotionell hälsa.	Resultaten visar att spontan fri lek främjar barns sociala och emotionella hälsa genom att stärka deras förmåga att hantera stress.
<b>14.</b>	F. Aydoğdu, F. Gürsoy, & N. Aral 2024	Google Scholar	Social Emotional Well-Being, Psychological Resilience and Behavioural Problems in Preschool Children: The Mediating Role of Emotion Regulation	Syftet med är att undersöka hur emotionell reglering fungerar som en medlande faktor mellan socialt och emotionellt välbefinnande, psykologisk resiliens och beteendeproblem hos barn.	Resultatet visar att förbättrad emotionell reglering hos barnen kan leda till bättre socialt och emotionellt välbefinnande, ökad psykologisk resiliens och färre beteendeproblem.
<b>15.</b>	Z. Herrmann 2021	Google Scholar	Supporting Resilience in ECE: Strategies for Teachers	Artikeln syftar till att utforska definitioner av resiliens inom tidig undervisning och att erbjuda praktiska strategier för pedagoger att stödja barns utveckling av resiliens.	Resultatet visar att resiliens kan stärkas genom att pedagoger använder skyddande faktorer och strategier som minskar barns sårbarhet och hjälper dem att hantera stress och motgångar.
<b>16.</b>	C. Karela 2023	Google Scholar	Preschool Teachers' Perception on the Development	Syftet med artikeln är att undersöka pedagogers uppfattningar och förståelse av	Resultaten visar att pedagoger ser resiliens som en förmåga att hantera motgångar och återhämta sig, vilket

			and Promotion of Resilience in Young Children at Kindergarten	begreppet "resiliens" samt de strategier som används för att främja resiliens hos barn i småbarnspedagogik.	kan utvecklas genom nära relationer, sociala och emotionella färdigheter, en positiv klassrumsmiljö och proaktiva undervisningsmetoder. De känner sig kompetenta men önskar mer utbildning och stöd.
--	--	--	---	---	--