

Med relationen i fokus

En studie om personalens upplevelser av nära relationer
med barn inom småbarnspedagogiken

Tina Siekkinen

Examensarbete för Socionom (YH)-examen

Socionom (YH) Flerform

Nedervetil 2025

EXAMENSARBETE

Författare: Tina Siekkinen

Utbildning och ort: Socionom (YH) Flerform, Vasa

Inriktning: Socionom inom småbarnspedagogik

Handledare: Pia Höglund-Ingo

Titel: Med relation i fokus – En studie om personalens upplevelser av nära relationer med barn inom småbarnspedagogiken

Datum: 16.5.2025 Sidantal: 42

Bilagor: 1

Abstrakt

Detta examensarbete undersöker hur personal inom småbarnspedagogiken upplever sitt arbete med nära relationer med barnen. Fokus ligger på att förstå vilka möjligheter och utmaningar som uppstår i dessa relationer och hur de påverkar personalens välmående och stressnivåer.

För att undersöka detta genomfördes en kvalitativ studie baserad på semistrukturerade intervjuer med personal från olika yrkesgrupper vid flera daghem i en finländsk kommun. Urvalet omfattade barnskötare, socionomer och lärare inom småbarnspedagogik. Materialet analyserades med hjälp av kvalitativ innehållsanalys där teman och mönster identifierades utifrån intervjuerna.

Resultaten visar att relationen till barnen är en central och meningsfull del av det pedagogiska arbetet. Trygga och stödjande relationer beskrivs som grunden för både barnens utveckling och personalens arbetsglädje. Samtidigt upplever många att arbetsbelastning, personalbrist och stora barngrupper gör det svårt att upprätthålla dessa relationer, vilket i sin tur leder till stress och emotionell utmattning.

Analysen visar att det relationella arbetet inte bara handlar om personligt engagemang utan också påverkas starkt av organisatoriska och strukturella faktorer. För att skapa en hållbar arbetsmiljö behövs förändringar som ger tid, resurser och stöd för relationsskapande arbete.

Studien föreslår vidare forskning om hur olika yrkesroller upplever det relationella arbetet, föräldrars syn på personalens bemötande, samt digitaliseringens och ledarskapets roll i det relationella samspelet. Resultaten kan användas för att stärka kvaliteten och hållbarheten inom småbarnspedagogiken, för både barn och vuxna.

Språk: svenska

Nyckelord: småbarnspedagogik, relationell pedagogik, personalens välmående, emotionellt arbete, arbetsrelaterad stress

BACHELOR'S THESIS

Author: Tina Siekkinen

Degree Programme: Bachelor in Social Service, Vaasa

Specialisation: Social work in early childhood education

Supervisor: Pia Höglund-Ingo

Title: With a focus on relationships – A study of the staff experiences of close relationships with children in early childhood education

Date: 16.5.2025 Number of pages: 42

Appendices: 1

Abstract

This thesis explores how early childhood education staff experience their work in close relationships with children. The focus is on understanding the opportunities and challenges that arise in these relationships, as well as how they affect staff well-being and stress levels.

To investigate this, a qualitative study was conducted using semi-structured interviews with professionals from various occupational groups at several preschools in a Finnish municipality. The sample included early childhood educators, social workers, and teachers. The material was analyzed using qualitative content analysis, where themes and patterns were identified from the interviews.

The results show that the relationship with the children is a central and meaningful part of pedagogical work. Safe and supportive relationships are described as the foundation for both children's development and staff's job satisfaction. At the same time, many participants report that workload, staff shortages, and large group sizes make it difficult to maintain these relationships, which in turn leads to stress and emotional exhaustion.

The analysis indicates that relational work is not only a matter of personal commitment but is also significantly influenced by organizational and structural factors. Creating a sustainable work environment requires changes that provide time, resources, and support for relationship-building.

The study suggests further research on how different professional roles perceive relational work, on parents' views of staff-child interactions, and on the role of leadership and digitalization in shaping relational dynamics. The results can be used to strengthen both the quality and sustainability of early childhood education, for children and staff alike.

Language: swedish

Key words: early childhood education, professional relationships, educator well-being, emotional labor, work-related stress

Innehållsförteckning

1	Inledning	1
2	Relationen med barnet	4
2.1	Relationell pedagogik.....	5
2.1.1	Relationell pedagogik på fyra nivåer	7
2.1.2	Relationernas roll i stresshantering.....	8
2.2	Anknytning.....	9
2.3	Sammanfattning.....	10
3	En relation med både möjligheter och utmaningar	12
3.1	Hur meningsfulla relationer stärker personalens engagemang, motivation och arbetsglädje	12
3.2	Tillfredsställelse och krav inom småbarnspedagogiken	13
3.3	Stress inom småbarnspedagogiken	14
3.4	Vad är stress?	15
3.4.1	Positiv stress.....	17
3.4.2	Negativ stress	17
3.5	Balansen mellan professionellt engagemang och personalens välmående	18
3.6	Sammanfattning.....	19
4	Metod	21
4.1	Urval.....	22
4.2	Datainsamling.....	23
4.3	Kvalitativ innehållsanalys	24
4.4	Etiska överväganden	24
4.5	Validitet och reliabilitet	25
4.6	Sammanfattning.....	26
5	Resultatredovisning	27
5.1	Kan du berätta kort om din yrkesroll och erfarenhet inom småbarnspedagogiken 27	
5.2	Vad tilltalade dig och gjorde att du ville arbeta inom småbarnspedagogiken?....	28
5.3	Vad tycker du är viktigt i din professionella relation i förhållandet till barnen? ..	29
5.4	Vad upplever du som positivt och meningsfullt i arbetet tillsammans med barnen?	30
5.4.1	Hur upplever du att relationerna med barnet påverkar ditt välmående i arbetet? 30	
5.4.2	Finns det situationer där relationen till barnen ger dig energi och arbetsglädje?	31
5.5	Finns det något som kunde stärka den positiva relationen till barnet?	31

5.6	Finns det situationer där relationen till barnen orsakar stress eller andra negativa känslor?	33
5.6.1	Hur hanterar du dessa situationer?.....	33
5.6.2	Hur påverkar de emotionella kraven i relationen med barnen din upplevelse av stress?.....	34
5.7	Vilka faktorer gör det svårare att upprätthålla positiva relationer med barnen?	34
5.8	Vilka strategier eller metoder använder du i arbetet för att skapa en balans mellan engagemang och återhämtning?	34
5.8.1	Upplever du att du får det stöd du behöver för att hantera den stress som kan uppstå i ditt arbete? Varför/varför inte?	35
5.9	Vilka faktorer eller stöd tror du skulle kunna minska stressen i arbetet med nära relationer till barnen?	35
5.10	Finns det något som du tycker är viktigt och vill tillägga?	37
5.11	Sammanfattande diskussion	38
6	Slutdiskussion.....	40
7	Källförteckning	43

Bilaga 1 Intervjuguide

1 Inledning

Att vara nära barnet är en unik och berikande upplevelse som ger den professionella en chans att bevittna den omedelbara nyfikenheten, lekfullheten och lärandet som präglar småbarnspedagogiken. Denna nära relation medför stora möjligheter men också betydande utmaningar. Precis som alla relationer kan kontakten mellan barn och pedagoger vara både inspirerande och påfrestande. Samhället och lagstiftningen ställer höga krav och förväntningar på de som arbetar med småbarn, vilket ytterligare ökar den emotionella och professionella komplexiteten i arbetet inom småbarnspedagogiken.

Enligt Grunderna för planen för småbarnspedagogik (Utbildningsstyrelsen, 2022) har personalen inom småbarnspedagogiken en central roll i att skapa en trygg, stimulerande och lärorik miljö för varje barn. Deras huvudsakliga uppgift är att stödja barnets helhetsmässiga utveckling, lärande och välbefinnande. Detta sker genom att erbjuda omsorg, fostran och undervisning som är anpassad till barnets ålder, behov och förutsättningar. Berger et al. (2022) lyfter fram att pedagogernas välmående spelar en avgörande roll för deras förmåga att ge barnen stöd i både lärande och omsorg.

Personalens förmåga att skapa en trygg och stimulerande miljö kan ibland påverkas av upplevelser av stress och oro. Stress är en naturlig del av livet men inom småbarnspedagogiken kan det finnas särskilda faktorer som bidrar till högre stressnivåer. Känslan av stress uppstår ofta när vi försöker hantera för många saker samtidigt, och våra tankar kan lätt dras till allt som måste göras eller sådant vi oroar oss för. Detta kan leda till en ökad beredskap och retlighet som påverkar hur vi reagerar på olika situationer i stunden. I småbarnspedagogikens kontext kan sådana stressreaktioner påverka samspelet med både barn och kollegor, eftersom barn är särskilt känsliga för stämningar och signaler från vuxna. (Nyholm, 2016, s. 14).

Barn är mottagliga för vuxnas närvaro och bemötande och därför är det av största vikt att personalen kan skapa och upprätthålla nära och förtroendefulla relationer. Dessa relationer är kärnan i småbarnspedagogiken och har en avgörande betydelse för barnens trygghet, lärande och utveckling. Att bygga dessa relationer kräver dock att personalen kan balansera pedagogiska, emotionella och omsorgsfulla aspekter i sitt dagliga arbete, vilket i

sig kan vara en utmaning i en stressfylld vardag. (Aspelin & Persson, 2011, s. 54; Broberg, Hagström, & Broberg, 2023, ss. 21–22).

Studier visar att kvalitativa relationer mellan pedagoger och barn är grundläggande för att skapa en miljö där barn känner sig trygga och kan utvecklas. Dessa relationer bidrar inte bara till barnens välbefinnande utan påverkar även personalens arbetsmiljö. Dock kan det emotionella engagemanget och de höga kraven i arbetet leda till utmaningar, särskilt i komplexa situationer eller när personalen behöver hantera barns känslomässiga behov på ett professionellt sätt. När resurser eller stöd är otillräckliga kan stress och känslor av otillräcklighet uppstå. (Broberg, Hagström, & Broberg, 2023, s. 22; Riddersporre, Bruce, Riddersporre & Bruce, 2016, ss. 51–54; Tebben, Lang, Sproat, Tyree Owens & Helms, 2021, s. 143).

Denna studie syftar till att undersöka hur personalen inom småbarnspedagogiken upplever sitt arbete i nära relationer med barn. Fokus ligger på att förstå de möjligheter och utmaningar som uppstår i dessa relationer samt hur de påverkar personalens välmående. Följande frågeställningar ligger till grund för studien:

1. Hur beskriver personalen relationen till barnen i deras dagliga arbete?
2. Vilka möjligheter och utmaningar upplever personalen i arbetet med nära relationer till barnen?
3. Hur påverkar dessa relationer personalens upplevelse av välmående och stress?

Genom att använda teorier om relationer inom pedagogiken tillsammans med personalens egna erfarenheter utforskar studien vad som sker i relationen och samspelet mellan barn och vuxna. Teorin belyser centrala begrepp som relationell pedagogik, anknytning och stress inom småbarnspedagogiken och används för att analysera insamlad data.

Early Childhood Education är det begrepp som används vid referenssökningar och detta begrepp används jämsides med det finländska begreppet *småbarnspedagogik*. Begreppen som används i internationella studier varierar beroende på hur småbarnspedagogiken är organiserad, personalens utbildning och verksamhetens mål. För enkelhetens skull används här *personal* som en samlad term för yrkesverksamma inom småbarnspedagogiken.

Målet med examensarbetet är att bidra till en djupare förståelse av de faktorer som påverkar personalens välmående i relation till deras arbete med barn. Förhoppningen är att resultaten kan användas för att utveckla en hållbar arbetsmiljö inom småbarnspedagogiken och främja både personalens och barnens välbefinnande.

2 Relationen med barnet

”Människan blir genom Duet till ett Jag” (Buber, 1997, s. 40).

Citatet ovan av Martin Buber handlar om hur vi människor växer och utvecklas genom våra relationer med andra. När vi möter en annan person ”Duet” blir vi mer medvetna om oss själva, vårt ”Jag”. Det är i samspelet mellan oss och den andra som vår självinsikt fördjupas och formas. Våra relationer är inte statiska utan de förändras hela tiden. Genom dessa förändringar växer också vårt medvetande om oss själva. Jaget existerar dock alltid i relation till andra och blir tydligt i mötet med ”Duet”. Det egna jaget kan ibland upplevas som självständigt och avskilt, men det existerar alltid i relation till andra och blir särskilt tydligt i mötet med ett ”Du”. Ibland kan det kännas som att vi bryter oss loss från relationen och upplever oss som ett självständigt ”Jag”. Men detta är tillfälligt och snart går vi in i nya relationer med en större medvetenhet om oss själva. På så vis är relationen inte bara en yttre faktor i vår utveckling utan den är själva grunden för hur vi blir till som individer. (Buber, 1997).

Relationen mellan personal och barn inom småbarnspedagogiken är avgörande för barnens utveckling och lärande. Studier visar att högkvalitativa pedagogiska relationer präglade av värme, lyhördhet och dialog, skapar bättre förutsättningar för barn att utveckla sociala, emotionella och kognitiva färdigheter. Dessa relationer minskar även risken för beteendeproblem och stärker barnens självreglering och självkänsla. (Persson, 2015, s. 121).

I en omfattande studie av Howers et al. (2008) undersöktes hur 4-åringar inom småbarnspedagogiken utvecklar skolrelaterade kognitiva och sociala färdigheter. Studien inkluderade 3000 slumpmässigt utvalda barn och resultaten visade att barn som hade tillgång till en verksamhet av hög kvalitet och nära, positiva relationer med personalen klarade skolrelaterade uppgifter bättre. Intressant nog visade denna tidiga undersökning att faktorer som personaldimensionering och utbildningsnivå inte hade ett direkt samband med barnens framgång. Nyare forskning pekar dock på att kvaliteten i pedagogiska relationer hänger nära samman med personalens kompetens, regelbundna fortbildning

och deras förmåga att växla mellan aktiviteter som de själva styr och sådana som barnen tar initiativ till. Dessutom har faktorer som gruppstorlek och antalet vuxna per barn stor betydelse, särskilt för de yngsta och mest sårbara barnen, då dessa påverkar deras möjligheter att få det stöd och den vägledning de behöver. (Persson, 2015, ss. 121–122).

Betydelsen av trygga och stödjande relationer mellan personal och barn lyfts ofta fram som en grund för barns utveckling. En balans mellan omsorg och undervisning är avgörande, där personalen aktivt tolkar och bygger vidare på barnens initiativ för att stärka deras utforskande och förståelse. Framgångsrik småbarnspedagogik bygger på engagerad och kompetent personal i en stödjande miljö som möjliggör barns lärande och utveckling. (Howers et al., 2008, ss. 27–28; Persson, 2015, ss. 125–127).

Det är just i dessa pedagogiska möten, där personalen lyhört samspelar med barnet som relationell pedagogik blir centralt. Inom småbarnspedagogiken blir detta särskilt betydelsefullt när det är barnens tidiga erfarenheter av relationer som formar deras syn på sig själva och omvärlden (Johansson, 2004, s. 22). Genom att förstå relationers betydelse i lärandet kan vi närmare undersöka hur relationell pedagogik kan fungera som en grund för pedagogisk praktik.

2.1 Relationell pedagogik

Människan föds med vissa grundläggande kompetenser och redan under de första månaderna börjar utvecklingen av samspel, relationsbyggande och den egna identiteten. Personligheten formas genom interaktion med andra och är beroende av att ha närvarande och intresserade personer att knyta an till. Vi föds med en kropp och ett biologiskt liv, men vår självbild och identitet tar form senare genom sociala sammanhang. Det är genom dessa möten och relationer vi lär oss att förstå oss själva, vår plats i samhället och hur vi relaterar till andra. Att delta i olika sociala situationer hjälper oss att utveckla en starkare självkänsla och en förståelse för vår omgivning. (Engdahl & Ärleman-Hagsér, 2020, s. 144; Ljungblad, 2018, s. 65).

Relationell pedagogik bygger på idén att lärande och utveckling sker genom relationer, där pedagogens roll inte enbart handlar om kunskapsförmedling utan också om att vara närvarande, visa omsorg och lyhördhet i samspelet med barnen. Centralt för detta perspektiv är att relationer mellan människor utgör en grundläggande del av utbildningen,

där interaktion och gemenskap är avgörande för både lärande och personlig utveckling. (Aspelin, 2015, s. 14; Jensen & Løw, 2011, s. 80; Ljungblad, 2018, s. 52). En central del av pedagogiskt yrkeskunnande är samspelet mellan pedagog och barn. Detta gäller för alla som arbetar inom utbildning men är särskilt betydelsefullt inom småbarnspedagogiken där trygga relationer är avgörande för barnens utveckling. Det har påvisats att personalens förmåga att skapa nära och förtroendefulla relationer har stor inverkan på barnens välbefinnande och lärande. (Aspelin & Persson, 2011, ss. 50–54, 2018; Sabol & Pianta, 2012, ss. 218–219).

Relationell pedagogik fokuserar på att relationer mellan människor är en central del av utbildningen och Aspelin och Persson (2011, ss. 18–20, 54–55, 114 & 122), betonar vikten av att både skapa struktur och hantera oväntade, personliga möten i undervisningen. Strukturen byggs upp genom att pedagoger etablerar en igenkännbar ordning i klassrummet, där barnen lär sig samspele inom tydliga ramar och förutsägbara rutiner. Samtidigt uppstår spontana och oförutsägbara möten som inte kan planeras, men som kan ha en djupgående inverkan på både lärandet och relationerna mellan barn och vuxna. Detta resonemang, även om det ursprungligen gäller skolmiljön, är sannolikt också överförbart till småbarnspedagogiken. Precis som i skolan är det inom småbarnspedagogiken av stor vikt att skapa en trygg och strukturerad miljö där barnen kan utveckla sina sociala och emotionella färdigheter. Samtidigt utgör de spontana interaktionerna unika möjligheter att bygga starka relationer, vilket i sin tur främjar barnens helhetsutveckling.

Tidigare studier har länge visat att en nära relation mellan vuxna och barn i småbarnspedagogiken har en positiv inverkan på barnens självständighet, deras inställning till skolan och deras akademiska framgångar (Birch & Ladd, 1997, s. 61). Dessutom har studier påvisat att starka och trygga relationer mellan barn och förskolepersonal kan minska risken för beteende- och inlärningssvårigheter längre fram i skolgången. (Hamre & Pianta, 2005, s. 636).

Relationell pedagogik spelar en viktig roll i pedagogiskt arbete, särskilt inom småbarnspedagogiken. Idén bakom detta synsätt är att lärande och utveckling sker i samspel med andra människor. Dessa relationer påverkar hur individen upplever sig själv och sin omgivning, och genom ett medvetet relationsskapande kan pedagoger skapa en

trygg och stödjande miljö. För att detta ska vara möjligt krävs närvaro, aktivt lyssnande och engagemang i kontakten med barnet. (Aspelin & Persson, 2011, s. 52–54).

En studie gjord i USA (Hamre & Pianta, 2001) följde 179 barn från förskolan till åttonde klass för att undersöka hur lärarnas relationer med barnen påverkar deras skolgång. Resultaten visade att positiva relationer mellan lärare och barn bidrog till bättre anpassning i skolan och högre akademiska resultat. Pedagogens förmåga att bygga nära och stödjande relationer visade sig vara en avgörande faktor för barnens framgång. Detta är särskilt viktigt för barn som redan från början möter svårigheter, till exempel beteendeproblem eller begränsade kognitiva resurser. För dessa barn kan en stark och positiv relation med en vuxen vara det som gör skillnaden mellan framgång och fortsatta utmaningar.

Relationell pedagogik fungerar även som ett verktyg för att hantera pedagogiska utmaningar. När barn uppvisar beteenden som kan vara svåra att hantera, hjälper detta förhållningssätt pedagoger att fokusera på barnets behov snarare än enbart på själva beteendet. Genom att förstå de bakomliggande orsakerna till barnets agerande kan konflikter minskas och en tryggare, mer stödjande miljö skapas för både barn och personal. (Aspelin, 2020, ss. 589, 594–595).

Relationell pedagogik är alltså ett synsätt inom utbildning som betonar vikten av relationer för lärande och utveckling. I stället för att enbart fokusera på kunskapsöverföring ses undervisning som en interaktiv process där både elever och lärare är aktiva deltagare. Genom att skapa meningsfulla möten och sammanhang kan lärare bidra till elevernas utveckling på ett sätt som sträcker sig bortom traditionell undervisning. Relationell pedagogik kan förstås på flera nivåer – från det enskilda mötet mellan lärare och elev till en bredare pedagogisk rörelse och teori. (Aspelin, 2020, ss. 589, 594–595).

2.1.1 Relationell pedagogik på fyra nivåer

Relationell pedagogik på fyra nivåer presenterat av Aspelin & Persson (2011).

1. Pedagogiska möten

Relationell pedagogik handlar först och främst om det möte som sker mellan lärare och elev. Genom att stödja elevens utveckling på ett lyhört sätt skapas en gemensam lärandeprocess. Det viktigaste sker i samspelet mellan parterna, där läraren både bekräftar

eleven i nuet och vägleder denne framåt. Dessa möten går inte att planera fullt ut, men läraren kan skapa förutsättningar för att de ska uppstå. När detta sker blir både lärare och elever en del av en relationell pedagogisk praktik. (Aspelin & Persson, 2011, ss. 9–10).

2. Pedagogiska tillvägagångssätt

På en mer praktisk nivå innebär relationell pedagogik att läraren arbetar aktivt med att skapa lärande genom relationer. Det handlar inte bara om att undervisa utan också om att ha samtal med elever, stötta deras utveckling och bygga en lärandemiljö där relationer mellan alla inblandade – elever, lärare och samhället i stort – blir en del av undervisningen. Här ses kunskap som något som formas genom interaktion snarare än något som bara överförs från en person till en annan. (Aspelin & Persson, 2011, ss. 10–11).

3. En pedagogisk rörelse

Relationell pedagogik kan även ses som en större pedagogisk rörelse som värdesätter relationer i utbildning på ett mer organiserat sätt. I många skolor sker detta genom samverkan mellan lärare, arbetslag och skolledningar. Genom att föra diskussioner och dela erfarenheter utvecklas både skolor och undervisningsmetoder. I vissa fall kan denna pedagogiska rörelse även bidra till större förändringar inom skolsystemet. (Aspelin & Persson, 2011, s. 11).

4. En teoretisk grund

Slutligen är relationell pedagogik också en vetenskaplig teori som används för att analysera och förstå utbildning. Den hjälper forskare och pedagoger att reflektera över lärandets natur och hur relationer påverkar utvecklingen av kunskap. Internationellt används termer som relational education eller relational pedagogy för att beskriva detta forskningsfält som blir alltmer etablerat. (Aspelin & Persson, 2011, ss. 11–12).

2.1.2 Relationernas roll i stresshantering

Relationell pedagogik kan även spela en viktig roll i att hantera stress både hos barn och personal. Barn kan få stöd att reglera sina känslor och hantera stressfyllda situationer när relationen är trygg och tillitsfull. För personalen kan ett relationellt förhållningssätt minska arbetsrelaterad stress genom att skapa en positiv och stödjande arbetsmiljö. Relationell

pedagogik spelar en central roll inom småbarnspedagogiken genom att skapa förutsättningar för barns lärande, välbefinnande och emotionella utveckling. Samtidigt fungerar den som ett stöd för pedagoger i deras ansvarsfulla och utmanande yrkesroll. (Aspelin, 2016, ss. 4–5).

Relationell pedagogik bygger på att samspelet mellan barn och pedagog är centralt för lärande och utveckling och detta utgör en solid grund för att vidare förstå barnens emotionella behov. I nästa avsnitt kommer vi därför att fördjupa oss i anknytningsteorin, som belyser hur en trygg och stabil relation mellan barn och vuxen inte bara skapar känslomässig trygghet utan även stärker barnets övergripande utveckling och självkänsla.

2.2 Anknytning

Anknytningsteorin är en vanlig modell för att förstå hur människor hanterar utmaningar i sina relationer. Det är naturligt att en långvarig professionell relation präglas av anknytning, vilket kan ha en betydande inverkan på klientens tillit. Därför är det viktigt för yrkesverksamma att vara medvetna om detta, eftersom det kan ge dem möjlighet att stärka klientens trygghet och förtroende. En anknytningsrelation beskrivs ofta som en säker hamn och en stabil grund som gör det möjligt för klienten att utforska sin omvärld. Även om det i denna kontext tillämpas på klientarbete kan det lika väl anpassas till småbarnspedagogiken. Inom småbarnspedagogiken är relationen mellan barn och personal centralt och en trygg anknytning bidrar till att skapa en miljö där barnet känner sig säkert. På så sätt spelar anknytningen en avgörande roll för att förstå individens relationsmönster och för att främja barns utveckling i en trygg pedagogisk miljö. (Holmqvist, 2023, ss. 127 & 131).

I slutet av 1940-talet startade processen där barnpsykiatern John Bowlby utvecklade anknytningsteorin för att förklara hur tidiga relationer mellan barn och deras omsorgspersoner påverkar den emotionella och sociala utvecklingen. Bowlby föreslog att anknytning är ett biologiskt inbyggt system som hjälper barn att söka trygghet och skydd hos omsorgspersoner, särskilt i situationer av stress eller hot. Denna närhet är avgörande för barnets överlevnad och utveckling av relationella mönster. Bowlby beskrev anknytning som ett sätt för barnet att förstå omvärlden och relatera till andra. Hans teori byggde på idén att vi har ett medfött behov av att knyta an till omsorgspersoner, vilket i sin tur

påverkar hur vi senare i livet formar och hanterar relationer. (Broberg, Hagström & Broberg, 2012, ss. 31–33; Stevenson-Hinde, 2007, ss. 337, 339 & 341).

Enligt Broberg m.fl. (2012, ss. 48–49) vidareutvecklade Mary Ainsworth, en av Bowlbys kollegor, teorin genom att introducera experimentet Främmandesituationen, där barns reaktioner på separation och återförening med föräldrar studerades. Hon identifierade tre huvudsakliga anknytningsmönster:

1. **Trygg anknytning:** Barnet känner sig säkert och kan utforska omgivningen, men söker tröst hos föräldern vid behov.
2. **Otrygg-undvikande anknytning:** Barnet undviker nära kontakt och visar få känslor vid separation och återförening.
3. **Otrygg-ambivalent anknytning:** Barnet är klängigt, reagerar starkt vid separation och har svårt att bli lugnat vid återförening.

En senare teoretisk utveckling har identifierat en fjärde anknytningskategori: **desorganiserad anknytning**, där barn visar motsägelsefulla och ibland förvirrade beteenden, ofta kopplat till traumatiska eller oförutsägbara uppväxtförhållanden. (Broberg m.fl. 2012, s. 53).

Anknytningsteorin har blivit en central del av psykologin och pedagogiken. Den används för att förstå hur tidiga relationer formar individens förmåga att hantera relationer och utveckla god mental hälsa genom livet. (Broberg m.fl., 2012, ss. 48–54).

2.3 Sammanfattning

Kapitel 2 belyser hur relationerna mellan barn och pedagoger utgör en grundpelare i småbarnspedagogiken. Genom att utgå från Martin Bubers idé om att människan formas i mötet med andra framhålls att barns identitet och självinsikt utvecklas genom de relationella mötena. Studier inom området lyfter fram att trygga och stödjande relationer, präglade av värme, lyhördhet och både strukturerade och spontana interaktioner, är avgörande för barnens sociala, emotionella och kognitiva utveckling.

Relationell pedagogik utgår från att lärande och utveckling sker genom relationer, där pedagogen inte bara undervisar utan också skapar en trygg och meningsfull samvaro genom att lyssna, tolka och bygga vidare på barnens initiativ.

Relationell pedagogik kan förstås på fyra nivåer: de pedagogiska mötena, de pedagogiska tillvägagångssätten, den pedagogiska rörelsen och den teoretiska grunden. Pedagogens förmåga att balansera struktur med spontana möten är avgörande för barnens utveckling. Genom ett relationellt förhållningssätt kan pedagoger bättre förstå barns behov i stället för att enbart fokusera på deras beteende.

Anknytningsteorin beskriver hur barns tidiga relationer med omsorgspersonen påverkar deras känslomässiga och sociala utveckling. Teorin utvecklades av John Bowlby och vidareutvecklades av Mary Ainsworth, som identifierade olika anknytningsmönster: trygg, otrygg-undvikande, otrygg-ambivalent och desorganiserad anknytning. Flera studier har visat att en trygg anknytning inom småbarnspedagogiken stärker barnets självständighet, känslomässiga trygghet och förmåga att ta till sig ny kunskap.

Med en tydlig förståelse för hur relationer mellan barn och pedagoger formar barns utveckling och trygghet, vänder vi nu blicken mot de dubbla effekterna av dessa relationer. I nästa kapitel, "En relation med både möjligheter och utmaningar", undersöker vi hur det nära sambandet med barn inte bara kan ge energi, glädje och inspiration, utan också ställa höga krav och innebära utmaningar för personalen. Genom att undersöka både de positiva och de påfrestande aspekterna av relationen i småbarnspedagogiken får vi en djupare insikt i hur vi kan balansera de faktorerna för att skapa en hållbar och stödjande arbetsmiljö.

3 En relation med både möjligheter och utmaningar

Inom småbarnspedagogiken är relationerna komplexa och präglas av både positiva och utmanande aspekter. Den dagliga interaktionen med barnen inom småbarnspedagogiken är en unik och berikande erfarenhet som både ger och kräver mycket av personalen. Å ena sidan främjar de nära banden barnens sociala, emotionella och kognitiva utveckling, samtidigt som de ökar pedagogernas engagemang och arbetsglädje. Å andra sidan innebär det intensiva arbetet särskilda utmaningar, vilket ställer höga krav på personalens anpassningsförmåga och reflektion. Denna dubbla dynamik – där relationerna både ger energi och skapar utmaningar – är en central del av den dagliga praktiken inom småbarnspedagogiken. (Hughes, Bullock & Coplan, 2014, ss. 253–254; Lärportalen, 2021).

3.1 Hur meningsfulla relationer stärker personalens engagemang, motivation och arbetsglädje

Meningsfulla relationer utgör inte bara en grundpelare för barns utveckling utan har även en avgörande betydelse för personalens engagemang, motivation och arbetsglädje. Genom att etablera trygga och stödjande relationer med barnen upplever pedagoger att deras arbete får en djupare mening, vilket bidrar till en positiv arbetsmiljö och en högre yrkesmässig tillfredsställelse. (Aspelin & Persson, 2011, s. 55; Dahlbeck & Westerlund, 2019).

En lärares förmåga att skapa positiva relationer med sina elever betraktas idag som en avgörande del av yrkets framgång. Tidigare har detta antingen förbisetts eller betraktats som en personlig egenskap snarare än en professionell kompetens. (Aspelin, 2016, s. 5). Detta gäller säkerligen även inom småbarnspedagogiken där trygga och stöttande relationer mellan personal och barn spelar en central roll.

Inom relationell pedagogik betonas att mötet mellan pedagoger och barn är helt centralt för lärande. När pedagoger är närvarande, lyhörda och genuint engagerade i sina interaktioner med barnen, skapas en trygg miljö som inte bara främjar barnens utveckling, utan även bidrar till personalens egen professionella och personliga tillväxt. Personalens känsla av samhörighet och engagemang ökar när de ser att deras relationella arbete har en positiv inverkan på barnens lärande. (Sabol & Pianta, 2012, ss. 219–225). Dessutom visar studier att detta positiva samspel kan fungera som en skyddande faktor mot

arbetsrelaterad stress – en aspekt som är extra viktig inom småbarnspedagogiken där höga krav och stor arbetsbelastning ofta förekommer.

När personalen upplever ett starkt relationellt stöd från både barn och kollegor, uppstår ofta en ökad känsla av arbetsglädje, större engagemang och en vilja att fortsätta utvecklas professionellt. (Sabol & Pianta, 2012, ss. 222–225). En arbetsmiljö som aktivt vårdar och främjar meningsfulla relationer bidrar inte bara till att stärka personalens emotionella resurser utan fungerar även som en effektiv strategi för att hantera och förebygga stress. Regelbundna fortbildningar och möjligheter till reflektion kring relationella färdigheter är viktiga verktyg för att skapa en kultur där personalen kan både återhämta sig och utvecklas i sitt yrke. (Hall-Kenyon, Bullough, MacKay & Marshall, 2014, s. 159). Trots den positiva inverkan som meningsfulla relationer har på arbetsglädjen, ställs personalen ofta inför höga krav som kan påverka deras välmående. Bland annat dessa aspekter belyses i nästa avsnitt.

3.2 Tillfredsställelse och krav inom småbarnspedagogiken

Arbetet inom småbarnspedagogiken är både givande och krävande, där personalen spelar en central roll i att stötta och ta hand om de allra yngsta barnen. Många finner stor glädje och mening i detta arbete, som bygger på omtanke, medkänsla och en stark vilja att hjälpa andra och man betonar att personalen inom småbarnspedagogiken måste engagera hela sin personlighet och känslomässiga kapacitet i sitt arbete. Hur personalen mår påverkar direkt barnens välmående och för att skapa en högkvalitativ och trygg miljö behövs personal som själva är friska, glada och i balans. (Hall-Kenyon et al., 2014, s. 160).

Trots den tillfredsställelse som arbetet inom småbarnspedagogiken kan ge är arbetet utmanande, då det kombinerar omsorg, undervisning och ansvar för barnens utveckling. Att skapa förtroendefulla relationer med barnen är av stor betydelse för att skapa en positiv lärandemiljö. Samtidigt kan dessa relationer innebära en känslomässig påfrestning för personalen, framför allt i arbetet med de barn som har särskilda behov eller visar utmanande beteende. Även med tydliga riktlinjer i styrdokumentet kan arbetet vara komplext, särskilt i situationer med personalbrist eller stora barngrupper, vilket ställer höga krav på personalens förmåga att hantera flera uppgifter samtidigt. Personalen möter ofta lojalitetskonflikter där de tvingas prioritera mellan olika uppgifter. I många fall väljer de att

sätta barnens behov framför sina egna. Även om ett djupt känslomässigt engagemang kan vara positivt och ge energi, kan det bli skadligt om det inte uppmärksammas eller belönas, vilket ökar risken för psykisk ohälsa och utbrändhet. (Hughes, Bullock & Coplan, 2014, ss. 253–254; Persson & Tallberg Broman, 2019, s. 32).

Arbetets omfattning inom småbarnspedagogiken gör att personalen hamnar i en gränslös situation där deras engagemang och lojalitet gentemot barnen, föräldrarna och arbetslaget är stark. Detta kan leda till att de prioriterar bort sin egen återhämtning, vilket skapar stress och risk för utmattning. (Persson & Tallberg Broman, 2019, s. 54). När dessa krav och arbetsförhållanden inte balanseras med tillräckligt stöd och tillräcklig återhämtning kan stress bli en central utmaning i yrket – något som utforskas vidare i nästa avsnitt.

3.3 Stress inom småbarnspedagogiken

Stress och oro är naturliga delar av livet, och känslan av stress uppstår ofta när vi försöker hantera för många saker på en gång. Tankarna kan rusa mellan allt som behöver göras och sådant som vi oroar oss för, både det som ligger framför oss och det som redan hänt. Det kan handla om allt från morgonens diskussion vid frukostbordet och en obetald räkning till sorgen efter en förlust i familjen. Dessa stressfaktorer sätter hjärnan i ett läge av ökad beredskap och retlighet, vilket gör att vi kan reagera starkare än vanligt på situationer i nuet. Om exempelvis ett barn behöver hjälp, en kollega är irriterad eller en förälder klagat, kan vår respons bli oproportionerligt kraftig. Detta spända sinnestillstånd märks ofta av vår omgivning, särskilt av barn, som är mycket känsliga för stämningar och signaler. (Nyholm, 2016, s. 14).

Stress och arbetsbelastning inom småbarnspedagogiken har länge varit ett centralt diskussionsämne och många inom yrket upplever en hög grad av stress i sitt dagliga arbete. Detta kan ha negativa konsekvenser för både personalens och barnens välmående. Problematiken kring stress i förskolan är global och bottnar ofta i flera strukturella faktorer. Bland de mest framträdande utmaningarna finns personalbrist, otillräcklig lön och ökande psykiska behov hos barn och deras familjer. Dessutom medför arbetet ofta höga krav som inte sällan påverkar personalens fritid, vilket ytterligare försvårar en balanserad livssituation. (Tutkittua varhaiskasvatuksesta, 2023).

Stress påverkar inte bara personalens välbefinnande utan även deras förmåga att kommunicera, hantera känslomässiga situationer och vara lyhörda för barnens behov. När stressnivåerna är höga riskerar detta att skapa spänningar, missförstånd och en mindre stödjande miljö för barnen. (Sandilos, Rimm-Kaufman & Pianta, 2018; Zinsser, Bailey, Curby, Denham & Bassett, 2013, ss. 104–105). I motsats till detta framhålls att personal som känner sig välmående och upplever låg stress har bättre förutsättningar att skapa en trygg och positiv miljö som främjar barnens utveckling, särskilt inom sociala och emotionella färdigheter. En finsk studie genomförd av Zarra-Nezhad, Moazami-Goodarzi, Muotka & Sajaniemi (2023), fann att lägre stressnivåer hos personal bidrog till att stärka barnens prosociala beteenden och relationer. Innan vi går vidare är det viktigt att förstå vad stress egentligen innebär och det är något som fördjupas ytterligare i nästa avsnitt. (Zarra-Nezhad et al., 2023, ss. 68–69).

3.4 Vad är stress?

Stress kan delas in i två typer: positiv stress (eustress) och negativ stress (distress). Positiv stress är en nödvändig del av livet och hjälper oss att prestera bättre genom att höja vår motivation och fokus. Däremot är det vanligare att vi talar om negativ stress, som kan ha skadliga effekter på både kropp och sinne. Dessa typer av stress beskrivs också ofta som "god stress" och "ond stress." (Gandhe, 2014, ss. 260–261).

Hans Selye (1907–1982) en ungersk-kanadensisk forskare, var först med att beskriva stress i ett biologiskt sammanhang. Han observerade att patienter med olika diagnoser ofta uppvisade liknande symtom, vilket han kallade "the symptom of just being sick." Genom undersökningar på möss upptäckte han att stress, oavsett orsak, utlöste samma fysiologiska reaktioner, som magsår och förstörade binjurar. Detta ledde till begreppet "non-specific stress", en allmängiltig kroppslig reaktion. Selye menade att stress alltid framkallar samma fysiologiska reaktioner, oberoende av stressorns natur. Även om hans perspektiv var biologiskt betonat, erkände han senare att en stressors styrka och individens sårbarhet kan påverka hur stress upplevs. Hans arbete har lagt grunden för vår förståelse av kroppens respons på stress. Richard Lazarus (1922–2002), en framstående psykolog, förändrade synen på stress genom att betona att människor reagerar olika på stressorer.

Till skillnad från Hans Selyes biologiskt inriktade perspektiv hävdade Lazarus att individens upplevelse av stress är starkt beroende av personliga faktorer, såsom kognitiva förmågor och motivation. (Mörelius, 2014, ss. 21–22).

Redan 15 år sen skriver Währborg (2009, s. 43) att användningen av ordet stress har ökat markant och beskriver det som ett modeord som speglar kännetecken för vår samtid. Trots att termen ofta används som en diagnos saknas en enhetlig definition, och innebörden av begreppet varierar från person till person. Många associerar stress med känslor av tidsbrist och otillräcklighet, men ur medicinsk synvinkel kopplas stress ofta till tillstånd som depression, utmattning och utbrändhet.

Stressreaktionen har sitt ursprung i hjärnan och påverkas av yttre faktorer. Mörelius (2014, ss. 14 & 35) och Nyholm (2016, s. 10) förklarar HPA-axeln, eller hypotalamus-hypofysbinjurebarkaxeln som är en central del av kroppens stresssystem. Detta system styr utsöndringen av stresshormonet kortisol, som hjälper oss att hantera både vardagliga utmaningar och oförutsedda situationer. Kortisolnivåerna i kroppen varierar naturligt under dygnet. De når sin topp ungefär en halvtimme efter att vi har vaknat, vilket hjälper oss att komma i gång efter natten. Därefter sjunker nivåerna successivt, men brukar stiga något igen på eftermiddagen när vi börjar känna oss trötta efter dagens aktiviteter. Framåt kvällen sjunker kortisolet till sin lägsta nivå, vilket förbereder oss för vila och sömn. Stresssystemet fungerar som kroppens egen "booster", redo att sparka i gång oss både för vardagens krav och för att hantera oväntade utmaningar. Det hjälper oss att prestera, men det är viktigt att stressen inte blir långvarig, eftersom det kan leda till utmattning och andra hälsoproblem.

I dagens samhälle försvåras hjärnans återhämtning av den ständiga uppkopplingen till digitala medier som mobiltelefoner, internet och TV. Denna konstanta tillgänglighet suddar ut gränserna mellan arbete och fritid, vilket gör det allt svårare att hitta tid för stillhet, avskildhet och mental vila. (Währborg, 2009, ss. 56–57)

Under de senaste decennierna har sambandet mellan nervsystemet och immunförsvaret uppmärksamrats i allt större utsträckning. Währborg (2009) menar att graden av stress och vårt allmänna välbefinnande påverkar kroppens förmåga att stå emot infektioner och tumörsjukdomar. Bullriga miljöer är ett exempel på en yttre faktor som bidrar till stress, vilket i sin tur kan påverka kroppen negativt genom förhöjt blodtryck, hörselskador och i

vissa fall hjärtinfarkt. Även de mentala funktionerna påverkas, med försämrat minne och nedsatt problemlösningsförmåga som några av konsekvenserna.

En omfattande studie från University of Wisconsin (Keller et al., 2012) undersökte sambandet mellan stress och dess upplevda påverkan på hälsan och dödlighet. Studien följde nästan 29 000 personer under åtta år och visade att de som upplevde mycket stress och ansåg att det påverkade deras hälsa negativt hade en högre risk för att dö i förtid. Däremot hade personer som upplevde stress men såg det som något positivt, som hjälpte dem att fokusera och hantera utmaningar, inte samma ökade dödlighet. Resultaten understryker att hur vi uppfattar stress kan vara avgörande för dess inverkan på vår hälsa. (Keller et al., 2012).

Dessa insikter understryker vikten av att förstå stressens olika dimensioner och dess inverkan på både kroppslig och psykisk hälsa i vår moderna värld.

3.4.1 Positiv stress

Nyholm (2016, s.10) lyfter fram att stresshormoner inte alltid är negativa. De kan hjälpa oss att prestera bättre i situationer som kräver koncentration och ansträngning, som när vi hanterar något nytt eller ovant. Denna typ av kortsiktig stress, där hormonnivåerna snabbt återgår till det normala efter att utmaningen är över, kallas positiv stress. Den positiva stressen gör att vi känner oss skärpta och redo att ta itu med uppgiften. När vi ställs inför en situation som kräver extra fokus eller energi, till exempel om vi blir rädda, överraskade eller hamnar i en utmanande situation, frisätts en extra dos kortisol och andra stresshormoner. Detta aktiverar kroppens grundläggande överlevnadsmekanism fly-fläktafrysmekanismen. Samtidigt skärps våra sinnen och vi blir mer alerta, vilket gör det lättare att hantera uppgiften eller hotet.

3.4.2 Negativ stress

Nyholm (2016, s. 10) och Eysenck (2000, s. 687) förklarar att negativ stress uppstår när tillfälliga hormonpåslag blir för frekventa eller pågår under en längre tid, vilket förhindrar kroppen från att återgå till ett balanserat tillstånd. I sådana situationer kan HPA-axeln (hypotalamus-hypofys-binjure-axeln) bli överbelastad och fortsätta producera kortisol även när det inte behövs, eller vid tider som stör kroppens naturliga dygnsrytm. Detta kan

leda till både fysiska och psykiska hälsoproblem eftersom kroppens återhämtningsförmåga blir nedsatt.

Negativ stress uppstår när kroppens stressreaktioner blir överväldigande och ihållande, vilket kan leda till fysiska och psykiska hälsoproblem. Till skillnad från positiv stress, som kan fungera som en drivkraft för prestation, skapar negativ stress en känsla av otillräcklighet, oro och utmattning. (Eysenck, 2000, s. 687; Hjärt-Lungfonden, 2020).

Enligt Lazarus och Folkman (1984) definieras negativ stress som ett tillstånd där kraven från omgivningen överstiger individens resurser att hantera situationen. Denna obalans aktiverar kroppens stresssystem, vilket kan leda till symtom som sömnsvårigheter, koncentrationsproblem och irritation.

Negativ stress inom småbarnspedagogiken kan uppstå genom höga arbetsbelastningar, svårigheter att möta barnens komplexa behov, tidsbrist samt bristande stöd från ledningen. När dessa faktorer blir långvariga kan de bidra till emotionell utmattning och minska yrkesengagemanget. (Persson & Tallberg Broman, 2019. ss. 13 & 57).

Negativa stressreaktioner kan ha en direkt inverkan på kvaliteten i relationerna mellan personal och barn. När pedagoger upplever stress kan deras förmåga att vara lyhörda och emotionellt tillgängliga minska (Kyriacou, 2001). Därför är det avgörande att utveckla strategier för att hantera stress och främja en hållbar arbetsmiljö.

3.5 Balansen mellan professionellt engagemang och personalens välmående

En stor utmaning inom relationell pedagogik är att upprätthålla balansen mellan personlig hälsa och professionellt engagemang. Personalen inom småbarnspedagogiken förväntas vara närvarande, stödjande och lyhörda i varje interaktion och detta kan vara krävande om arbetsförhållandena inte ger tillräckligt med utrymme för återhämtning och reflektion. För stor arbetsbelastning och brist på resurser kan leda till att personalen blir utmattade och känner sig otillräckliga. Personalens välmående har en direkt koppling till deras förmåga att stödja barnens utveckling och därför är det av stor vikt att personalen får stöd i att hantera arbetsrelaterad stress och emotionella utmaningar. (Li & Zhang, 2019, ss. 1 & 7–8; Zinsser et al., 2013, ss. 93 & 105).

Betydelsen av en arbetsmiljö som stödjer personalens välbefinnande och ger verktyg för att hantera stress lyfts fram i flera studier. Genom kontinuerliga samtal, handledning och fortbildning kan personalen få stöd i att möta de känslomässiga utmaningar som yrket ofta medför. Relationell pedagogik kan också fungera som en viktig teoretisk grund för att förstå och hantera samspelet med barnen på ett professionellt och medvetet sätt. (Hultberg, 2007, ss. 115–117; Li & Zhang, 2019, ss. 1 & 8; Zinsser et al., 2013, ss. 93 & 104–105).

3.6 Sammanfattning

Vi har nu utforskat relationernas komplexitet inom småbarnspedagogiken, där nära och meningsfulla band mellan personal och barn främjar barnens utveckling och skapar arbetsglädje samtidigt som det ställer höga krav på personalens anpassningsförmåga och emotionella resurser.

Att skapa trygga relationer stärker personalens motivation och engagemang. När personalen visar att yrkesglädjen och den professionella utvecklingen ökar upplever de att deras arbete gör skillnad för barnen. Samtidigt kan det emotionella engagemanget vara krävande, särskilt i arbete med barn med särskilda behov. Utan rätt stöd kan detta leda till stress och utmaning.

Arbetet inom småbarnspedagogiken är både givande och krävande. Personalen behöver balansera omsorg, undervisning och barns känslomässiga behov, vilket kan vara meningsfullt men också utmattande. De höga kraven och ofta en gränslös arbetssituation gör att många prioriterar barnens behov framför sin egen återhämtning, vilket kan öka risken för stress och psykisk ohälsa.

Stress är en stor utmaning inom småbarnspedagogiken och påverkar både personal och barn. Höga krav, personalbrist och ökade behov hos barn och familjer bidrar ofta till stress. När stressen blir för hög kan den försämra personalens välmående och deras förmåga att skapa en trygg miljö för barnen, medan en god arbetsmiljö och stödjande relationer kan fungera som skyddsfaktorer.

Man skiljer ofta på positiv stress (eustress), som ökar fokus och motivation, och negativ stress (distress), som leder till utmattning och nedsatt återhämtning. Hur stress uppfattas är avgörande för dess effekter – de som ser stress som något positivt upplever inte samma

negativa konsekvenser. Dessutom regleras stress genom kroppens HPA-axel, som styr utsöndringen av kortisol, ett hormon som hjälper till att hantera utmaningar men som kan bli skadligt vid långvarig aktivering. Den ständiga digitala uppkopplingen i dagens samhälle försvårar dessutom möjligheten till återhämtning.

För att personalen ska må bra och orka i längden behövs rätt stöd och resurser.Handledning, fortbildning och tid för reflektion är viktiga verktyg för att hantera yrkets utmaningar. Genom att skapa en hållbar arbetsmiljö där personalen ges möjlighet till återhämtning och stöd kan de fortsätta ge barnen en trygg och stimulerande vardag.

Den genomgångna teorin visar att relationerna mellan pedagoger och barn inom småbarnspedagogiken spelar en avgörande roll för båda parter välmående och utveckling. Relationell pedagogik och anknytningsteorin hjälper oss att förstå hur dessa möten bidrar till trygghet, lärande och känslomässig balans. Samtidigt framgår att även om dessa relationer är positiva och meningsfulla, kan de också innebära påfrestningar för pedagogerna. Stress och höga krav i arbetet kan påverka deras möjlighet att vara närvarande och lyhörda, vilket i sin tur kan påverka barnens trygghet och utveckling.

Trots att relationell pedagogik och arbetsrelaterad stress har uppmärksammats i tidigare teoretiska sammanhang, saknas det studier som i tillräcklig grad utforskar personalens egna erfarenheter av att arbeta i nära relation till barnen. Vad upplever de som viktigt i sin professionella relation med barnen? På vilka sätt bidrar dessa relationer till arbetsglädje och engagemang, och i vilka situationer kan de i stället skapa stress och emotionella utmaningar? Hur hanterar personalen inom småbarnspedagogiken dessa utmaningar och vilka strategier använder de för att skapa en balans mellan engagemang och återhämtning?

För att besvara dessa frågor genomförs en undersökning där personalens upplevelser och strategier utforskas närmare. I nästa kapitel beskrivs studiens metod, inklusive urval, datainsamling, kvalitativa intervjuer och etiska överväganden för att ge en tydlig bild av tillvägagångssättet.

4 Metod

För att besvara studiens frågeställningar används ett kvalitativt förhållningssätt som metod. Kvalitativ forskning syftar till att förstå människors upplevelser, perspektiv och beteenden i deras naturliga sammanhang. (Kvale & Brinkmann, 2014, ss. 41; Patel & Davidson, 2019, s. 57). Genom att fokusera på de intervjuades personliga upplevelser ger den kvalitativa metoden en djupare förståelse av hur personalen inom småbarnspedagogiken upplever och hanterar sina relationer med barnen samt hur dessa relationer påverkar deras välmående och stress.

Ett kvalitativt förhållningssätt innebär att forskaren är flexibel och lyhörd för de intervjuades svar vilket gör det möjligt att fånga komplexiteten i de intervjuades erfarenheter. Genom att använda kvalitativ metod kan man undersöka och förstå upplevelser på ett sätt som ger detaljerad och djupgående information och metoden är särskilt användbar i studier som syftar till att förstå personliga och sammanhangsberoende faktorer, som i denna studie där relationer och välmående står i fokus. Under en kvalitativ intervju är det viktigt att intervjuaren är uppmärksam på både verbala och icke-verbala signaler, såsom kroppsspråk, ansiktsuttryck, röstläge och tystnader, då dessa kan ge ytterligare insikter och påverka hur svaren tolkas. (Svensson & Starrin, 2000, ss. 56–58).

För att säkerställa en hög kvalitet i datainsamlingen genomfördes en pilotintervju innan de faktiska intervjuerna påbörjades. Syftet med pilotintervjun var att pröva frågornas relevans och struktur samt att identifiera eventuella behov av justeringar för att förbättra intervjuguiden (bilaga 1) och själva intervjuprocessen (Gillham, 2008, ss. 44–48). Frågorna i intervjuguiden utformades utifrån studiens syfte och frågeställningar och fokuserade på relationerna till barnen, de utmaningar som arbetet kan innebära samt hur dessa påverkar personalens stress och välmående. Pilotintervjun visade att vissa frågor överlappade varandra och därmed riskerade att ge liknande svar, vilket ledde till att dessa frågor togs bort för att undvika onödig upprepning. Dessutom omformulerades några frågor för att göra dem tydligare och lättare att förstå, vilket syftade till att skapa förutsättningar för mer nyanserade och utvecklade svar från respondenterna.

För att få genomföra undersökningen krävdes ett forskningslov från kommunen. En forskningsplan tillsammans med en formell ansökan om forskningslov skickades därför in till chefen för småbarnspedagogik och förskola. Kommunen har valt att förbli anonym i

studien. När ansökan och forskningsplanen godkänts kontaktades personalen för att tillfrågas om de ville delta i intervjuerna.

För att säkerställa forskningens trovärdighet och etiska riktlinjer följs principerna om informerat samtycke och anonymisering av deltagarna. Studien genomförs enligt forskningsetiska riktlinjer för att säkerställa att deltagarnas integritet skyddas och att insamlad data hanteras ansvarsfullt. (Forskningsetiska delegationen, 2020).

4.1 Urval

Studien riktar sig till personal inom småbarnspedagogik i en kommun och omfattar all personal som arbetar direkt med barnen, inklusive lärare, barnskötare och socionomer. För att erhålla en representativ bild av personalens upplevelser och erfarenheter används ett målstyrt urval, där deltagarna rekryteras från olika daghem i kommunen. Målstyrt urval är en lämplig metod i detta sammanhang då det ger möjlighet att fokusera på en specifik yrkesgrupp och säkerställa att de yrkesverksamma som deltar har relevant erfarenhet av arbete inom småbarnspedagogik (Patton, 2002, ss. 230–231). Genom att intervjua personal med olika yrkesroller inom småbarnspedagogiken får studien en bredare bild av hur relationerna påverkar deras arbete och bidrar till en bättre förståelse av hur relationen med barnet påverkar deras stressnivå och välmående.

Deltagarna rekryteras genom direktkontakt med daghem där personalen erbjuds att delta frivilligt. Studien strävar efter att inkludera en variation av daghemsmiljöer för att fånga en så heltäckande bild som möjligt av fenomenet. Antalet deltagare anpassas för att säkerställa både bredd och djup i materialet. Målet är att inkludera tillräckligt många deltagare för att få en mångsidig bild av deras erfarenheter, samtidigt som analysen kan genomföras på ett noggrant och strukturerat sätt. Jag har intervjuat tre lärare inom småbarnspedagogiken, en socionom inom småbarnspedagogiken och fem barnskötare. (Brinkmann, 2024, ss. 80–81).

4.2 Datainsamling

Datainsamlingen genomförs genom semistrukturerade intervjuer med personal inom småbarnspedagogiken. Intervjuerna syftar till att skapa en öppen dialog där deltagarna kan dela sina erfarenheter och perspektiv kring relationer till barnen, arbetsmiljö samt upplevelser av stress och välmående. (Patel & Davidson, 2019, s. 57).

Intervjuerna planeras och genomförs i en miljö där deltagarna känner sig bekväma, exempelvis på deras arbetsplats eller digitalt om det underlättar för respondenten. Frågorna är utformade för att vara öppna och flexibla, vilket ger utrymme för deltagarnas egna reflektioner och utvecklade svar. Intervjuerna spelas in med deltagarnas samtycke för att säkerställa en korrekt återgivning av deras berättelser. Efter inspelning transkriberas materialet ordagrant och analyseras med en tematisk analysmetod.

För att säkerställa datainsamlingens kvalitet genomförs en pilotintervju innan den faktiska insamlingen inleds. Denna pilotintervju bidrar till att testa frågornas relevans och struktur, samt identifiera eventuella behov av justeringar för att optimera intervjuprocessen. (Gillham, 2008, ss. 44–48).

Den kvalitativa intervjumetoden används för att få en djupare förståelse av hur individer upplever sin vardag och de situationer de står inför, utifrån deras egna perspektiv. Målet är att skapa en inblick i fenomenet från den intervjuades synvinkel och att få fram detaljerade och personliga beskrivningar. Till skillnad från kvantitativa metoder, som fokuserar på statistik och siffror, strävar kvalitativa intervjuer efter att fånga de unika erfarenheterna och tankarna hos de som har god kunskap och erfarenhet av det ämne som undersöks. Genom detta kan forskaren skapa en så fullständig och nyanserad uppfattning som möjligt om det som studeras. (Kvale & Brinkmann, 2014, s. 41; Patel & Davidson, 2019, ss. 104–105).

En vanligt förekommande metod är semistrukturerade intervjuer, där forskaren utgår från en intervjuguide med förutbestämda teman men samtidigt anpassar frågorna beroende på samtalsutveckling. Detta skapar en flexibel samtalsituation där deltagarna får möjlighet att utveckla sina tankar och ge mer utförliga svar. (Patel & Davidson, 2019, ss. 104–105).

Kvalitativa intervjuer är en särskilt lämplig metod när forskaren vill undersöka komplexa ämnen, såsom relationer mellan personal och barn. Metoden ger en inblick i hur deltagarna

tolkar sin vardag och hur de påverkas av sin arbetsmiljö. (Patel & Davidson, 2019, ss. 104–109). För denna studie är kvalitativa intervjuer en lämplig metod, då den möjliggör en djupare förståelse av personalens upplevelser av nära relationer inom småbarnspedagogiken.

4.3 Kvalitativ innehållsanalys

Intervjuerna spelades in och transkriberades i sin helhet för att kunna analysera det insamlade materialet på ett strukturerat sätt. Analysen genomförs med hjälp av en kvalitativ innehållsanalys, vilket är en metod som används för att systematiskt undersöka och förstå innehållet i intervjutexten. Syftet är att lyfta fram teman, mönster och betydelser som är relevanta i förhållande till studiens forskningsfrågor och syfte. (Boréus & Bergström, 2018, ss. 49–52).

Arbetet med analysen har inneburit att intervjumaterialet först har delats upp i mindre meningsbärande delar. Delarna har sedan sorterats under olika teman som växte fram under arbetets gång. De olika delarna är nära kopplade till studiens syfte att förstå personalens upplevelser av relationer till barnen inom småbarnspedagogiken. Under varje tema har olika kategorier identifierats där specifika exempel från intervjuerna har kodats och lyfts fram. (Boréus & Bergström, 2018, ss. 49–52).

Genom att använda denna metod har det blivit möjligt att se både likheter och skillnader i deltagarnas erfarenheter samt att tolka dessa i relation till det teoretiska ramverket. Den kvalitativa innehållsanalysen ger en fördjupad bild av hur det relationella arbetet påverkar personalens arbetsmiljö, vardag och känslomässiga välbefinnande.

4.4 Etiska överväganden

Denna studie genomförs med noggrann hänsyn till forskningsetiska principer (Forskningsetiska delegationen, 2020) för att säkerställa deltagarnas rättigheter och integritet. Deltagarna informeras skriftligen om studiens syfte, att deras medverkan är frivillig och att de har rätt att avbryta sitt deltagande när som helst utan konsekvenser. Genom att delta i intervjun ger de sitt informerade samtycke till medverkan och inspelning av intervju. (Brinkmann, 2024, s. 102; Patel & Davidson, 2019, s. 112).

För att skydda deltagarnas identitet tillämpas konfidentiell insamling av data. Namn och andra identifierbara uppgifter kudas eller ersätts med neutrala benämningar och all data förvaras säkert med begränsad åtkomst för att säkerställa sekretess. Intervjuerna spelas in och lagras på ett säkert sätt innan de transkriberas och analyseras. Insamlade data raderas efter att studien har avslutats. (Brinkmann, 2024, ss. 102–103; Patel & Davidson, 2019, ss. 96–97).

Vid analys och rapportering av resultaten används en etiskt ansvarsfull framställning för att undvika att enskilda individer kan identifieras indirekt. Studien följer forskningsetiska riktlinjer för att säkerställa att undersökningen genomförs med respekt för deltagarnas integritet och välmående. Genom dessa åtgärder strävar studien efter att uppfylla höga etiska standarder och säkerställa en ansvarsfull hantering av forskningsprocessen.

4.5 Validitet och reliabilitet

I kvalitativ forskning är begreppen validitet och reliabilitet viktiga för att bedöma studiens kvalitet och trovärdighet. Eftersom denna studie bygger på intervjuer måste dessa begrepp tolkas utifrån kvalitativ forskningstradition, där fokus ligger mer på tolkning och förståelse än på att uppnå exakta, upprepningsbara resultat. (Denscombe, 2018, s. 385).

Reliabilitet handlar om hur pålitlig en studie är. I denna studie har intervjuerna genomförts med hjälp av en semistrukturerad intervjuguide, vilket innebär att samma teman behandlats i alla intervjuer, även om formuleringarna och följdfrågorna kunde variera något beroende på situationen och samtalsflödet. Detta stärker reliabiliteten då det säkerställer en viss enhetlighet i hur informationen samlats in, samtidigt som det finns utrymme för nyanser och djup i svaren. (Denscombe, 2018, s. 385; Gillham, 2008, ss. 22–23; Svensson & Starrin, ss. 209–211).

Validitet handlar om att undersökningen faktiskt mäter det som man tänkte undersöka, i detta fall hur personal inom småbarnspedagogiken upplever sitt arbete i nära relationer med barn. För att stärka validiteten har intervjufrågorna utformats noggrant med en utgångspunkt i studiens forskningsfrågor och syfte. Under intervjuerna har följdfrågor använts för att klargöra och fördjupa deltagarnas svar vilket bidragit till att fånga deras upplevelser så nyanserat och korrekt som möjligt. (Denscombe, 2018, s. 385; Gillham, 2008, ss. 22–23; Svensson & Starrin, ss. 209–211).

En annan viktig del av validiteten i kvalitativ forskning är att tolkningen av det som sägs i intervjuerna upplevs som trovärdig och stämmer överens med det som deltagarna faktiskt menar. För att minska risken för missförstånd eller feltolkning har analysen genomförts systematiskt och deltagarnas citat har använts för att tydliggöra hur tolkningarna grundar sig i det empiriska materialet. (Denscombe, 2018, s. 385; Gillham, 2008, ss. 22–23; Svensson & Starrin, ss. 209–211).

Studien har strävat efter att uppnå hög reliabilitet och validitet genom en tydlig koppling mellan syfte, insamlingsmetod och analys, samt genom att lyfta fram deltagarnas perspektiv på ett så rättvisande sätt som möjligt.

4.6 Sammanfattning

För att undersöka hur personal inom småbarnspedagogik upplever sina relationer med barnen och hur dessa påverkar deras välmående, valdes en kvalitativ metod med semistrukturerade intervjuer som datainsamlingsmetod. Den kvalitativa metoden möjliggör en fördjupad förståelse för deltagarnas personliga erfarenheter och perspektiv, vilket passar bra till studiens syfte. Urvalet gjordes målstyrt för att inkludera personal med olika yrkesroller och erfarenheter från flera daghem i en kommun.

Innan intervjuerna genomfördes gjordes en pilotintervju för att testa och justera intervjuguiden. Intervjuerna spelades in, transkriberades ordagrant och analyserades genom kvalitativ innehållsanalys. Analysen fokuserade på att identifiera återkommande teman och mönster i materialet i relation till studiens forskningsfrågor.

Etiska riktlinjer följdes noggrant, med informerat samtycke och anonymisering av deltagarna. Kommunen valde att vara anonym. Studien har också strävat efter att uppnå god validitet och reliabilitet genom noggrann planering av intervjufrågor, systematisk analys samt genom att återge deltagarnas perspektiv på ett så nyanserat och korrekt sätt som möjligt.

5 Resultatredovisning

Nedan presenteras resultatet av de intervjuer som genomförts med personal inom småbarnspedagogiken. Syftet har varit att undersöka hur personalen själva upplever sitt relationsarbete med barnen, vilka möjligheter och utmaningar de möter samt hur deras relationer påverkar deras välmående. Resultaten är uppdelade efter studiens frågeställningar och presenteras i den ordning som speglar deltagarnas egna berättelser. Varje del inleds med en intervjufråga och följs av en sammanfattning av vad deltagarna har sagt, ofta med citat för att visa hur de uttryckt sig. Analysen kopplas till teoridelen på ett löpande sätt för att förstå dem bättre och sätta dem i ett större sammanhang.

5.1 Kan du berätta kort om din yrkesroll och erfarenhet inom småbarnspedagogiken

Deltagarna i studien representerar en bred variation av yrkesroller och erfarenhet inom småbarnspedagogiken. Några är utbildade lärare inom småbarnspedagogik med lång erfarenhet, vi har också en nyutbildad socionom inom småbarnspedagogik samt barnskötare med både längre och kortare arbetserfarenhet. Den breda variationen ger en mångfacetterad inblick i det dagliga arbetet med barn där olika kompetens och perspektiv möts.

Det som förenar deltagarna, oavsett utbildningsbakgrund eller erfarenhet är en tydlig vilja för att skapa trygga och utvecklande miljöer för barnen. Flera lyfter fram betydelsen av att vara nära barnen, ge omsorg och att aktivt få delta i deras utveckling.

”Mitt arbete innebär att vara nära barnen i deras vardag, stötta dem i deras utveckling, leka, trösta och hjälpa dem i vardagliga situationer”.

Det framgår också att intresset för att arbeta inom småbarnspedagogik ofta har en personlig bakgrund.

”Jag har ju alltid trivts med barn.”

I kap. 2.1. i teoridelen lyfts relationell pedagogik som ett synsätt där personalens engagemang och närvaro är centrala delar av det pedagogiska arbetet. Deltagarna i intervjun beskriver sina arbetsuppgifter och sin motivation på ett sätt som tydlig visar att

deras roll inte enbart handlar om undervisning eller tillsyn, utan också om att vara närvarande och stötta barnens utveckling på ett emotionellt plan, vilket återspeglar det relationella perspektivets syn på att kompetensen omfattar både interaktion och omsorg.

5.2 Vad tilltalade dig och gjorde att du ville arbeta inom småbarnspedagogiken?

Flera av deltagarna beskriver en känsla av att småbarnspedagogiken var deras kall. Många uttrycker att de alltid velat arbeta med barn och att det känns meningsfullt att få vara en viktig vuxen i barnens liv. Det nämns att de uppskattar barnens utveckling, deras nyfikenhet och de relationer som växer fram i vardagen.

”Jag har alltid känt en stark dragning till att arbeta med små barn, främst för att jag tycker det är så fascinerande att få följa deras utveckling och vara en trygg vuxen för dem i deras första viktiga år.”

”Jag tycker om barn och upplever att det är ett meningsfullt och viktigt arbete.”

Det är flera deltagare som hänvisar till personliga erfarenheter eller barndomsdrömmar som påverkat deras yrkesval.

”Jag hade en storasyster som var 15 år äldre än jag och hon jobbade på dagklubben. När jag var liten flicka fick jag vara med och se på hur det var att vara dagklubbstant och ända sen he har jag sagt att jag vill arbeta på daghem. He e no hitt som jag vill göra.”

”Och så jobba min mommo och min mamma på dagis så he ligger ju liksom liti i slakten det här att trivs i barnen sällskap.”

Även om vissa inte från början planerat att arbeta inom småbarnspedagogiken har erfarenhet väckt en genuin uppskattning för arbetet.

”Från början var det inte min plan att arbeta inom småbarnspedagogiken, men att få vara en del av deras utveckling, se deras nyfikenhet och bidra till en trygg och stimulerande miljö har gjort att jag verkligen trivs med rollen. Det är inspirerande att få arbeta med barnens lärande och utveckling på ett konkret sätt.”

Det som binder samman alla svar är känslan av att göra något meningsfullt och viktigt. I kap. 3.1. i teoridelen konstateras att professionella relationer inom småbarnspedagogiken ofta bär på ett stort emotionellt värde. Deltagarnas berättelser bekräftar det här då de drivs av viljan att skapa glädje, trygghet och utveckling för barnen, vilket också är en del av deras egen yrkesmässiga tillfredsställelse.

Det relationella perspektivet i kap. 3.2. lyfter fram att lärande och utveckling sker i samspel och det är just detta som fler respondenter nämner som motiverande. Att få vara närvarande i barns lärande och känslomässiga utveckling.

5.3 Vad tycker du är viktigt i din professionella relation i förhållandet till barnen?

Ett återkommande tema i deltagarnas svar är trygghet, respekt och närvaro samt att barnen ska känna sig hörda och sedda. Deltagarna lyfter också fram att den professionella relationen till barnen bygger på ömsesidigt förtroende.

”Det är viktigt att jag i min professionella relation till barnen kan skapa en trygg och respektfull relation med barnen.”

”Att de ska få förtroende för oss.”

”Att vara en vuxen som barnen kan lita på och komma till när de behöver hjälp eller tröst.”

Många understryker vikten av att vara närvarande, både fysiskt och emotionellt. Att möta barnen där de befinner sig i sin utveckling är också något som tas upp.

”Det absolut viktigaste är att bygga en trygg och förtroendefull relation. Barnen behöver känna att jag finns där för dem, att jag lyssnar och ser dem som de individer de är.”

”Jag tänker också att det är viktigt att visa respekt för barnen och deras känslor och möta dem där de är i sin utveckling.”

Några lyfter också fram betydelsen av att kunna sätta gränser på ett tydligt men respektfullt sätt och fler nämner humor och lek som viktiga element i relationsbyggandet.

Det som kommer fram i deltagarnas utsagor stämmer bra överens med innehållet i teoridelen i kap. 2 och 2.1 där det betonas att trygghet och ömsesidigt förtroende utgör en

grund för barns utveckling och att relationell pedagogik handlar om att vara närvarande och möta barnets behov på ett lyhört och respektfullt sätt. Det framkommer i intervjun att personalen ser sin roll som mer än bara en pedagogisk funktion, de ser sig själv som emotionella anknytningspersoner i barnens vardag vilket stämmer överens med teorin om anknytning och trygg bas i kap. 2.2. Kommentaren "Att barnen ska kunna komma till en med vad som helst" visa på en medvetenhet om vikten att vara en stabil och tillgänglig vuxen.

5.4 Vad upplever du som positivt och meningsfullt i arbetet tillsammans med barnen?

En återkommande upplevelse bland deltagarna är att det mest meningsfulla i arbetet är att få följa med barnens utveckling och vara en trygg vuxen i deras liv. Många beskriver en känsla av glädje och stolthet då de får vara med när barn tar nya steg och lär sig något nytt.

"När ett barn som varit blygt börjar öppna upp sig, eller när ett barn lyckas med något nytt och blir stolt över sig själv, det ger så mycket glädje och energi."

5.4.1 Hur upplever du att relationerna med barnet påverkar ditt välmående i arbetet?

Relationerna till barnen har en stark påverkan på personalens välmående vilket stämmer bra överens med kap. 3.1. i teoridelen. Nästan samtliga respondenter berättar att en god relation till barnen ger motivation, energi och en känsla av att göra något viktigt.

"Relationen till barnen är nog det som allra mest påverkar mitt välmående på ett positivt sätt".

"När relationerna med barnen är bra, leder det till en mer positiv och tillfredställande arbetsupplevelse."

Samtidigt visar svaren att relationerna även kan påverka välmåendet negativt, särskilt i utmanande situationer. Det finns också exempel där yttre förutsättningar som gruppstorlek påverkar relationernas kvalitet och därmed personalens känsla av trygghet och kontroll i yrkesrollen.

Personalens emotionella engagemang är både en resurs och en belastning. Det som deltagarna uttrycker bekräftar denna dubbla dynamik som behandlas i kap. 3.2 det vill säga att relationerna ger mening och glädje men kräver samtidigt känslomässig styrka och återhämtning. Som lyfts upp i bland annat kap. 3.1, 3.4 och 3.5 är arbetsmiljön viktig, när förutsättningarna är goda främjar det både relationer och välmående.

5.4.2 Finns det situationer där relationen till barnen ger dig energi och arbetsglädje?

Deltagarna i intervjun ger många konkreta exempel på hur relationerna till barnen ger energi och glädje. Det kan vara en vanlig situation där barn spontant söker kontakt, att få vara med när ett barn övervinner svårigheter och utvecklas eller att skratta, leka och skapa tillsammans.

”Att komma på morgonen och barnen kommer emot en och vill ha en kram.”

”När ett barn som tidigare varit väldigt försiktigt och ledset vågar lämna min famn för att gå ut och leka, då känner jag att vi har lyckats tillsammans.”

I teoridelen i kap. 2 och 2.1 framhålls relationell pedagogik som en grund för både barnets och pedagogernas välbefinnande och utveckling. Det är tydligt i deltagarnas svar att just de relationella mötena, där lek, närhet, utveckling och känslor ryms med, är det som ger arbetet dess värde. Det är i dessa stunder som de känner att deras insats spelar roll, vilket stärker både den personliga motivationen och det professionella engagemanget.

5.5 Finns det något som kunde stärka den positiva relationen till barnet?

Deltagarna lyfter fram flera konkreta faktorer som de upplever att kunde stärka deras relation till barnen. Något alla är överens om är att relationer kräver tid och närvaro och de rätta förutsättningarna för att möjliggöra detta. En majoritet av deltagarna efterfrågar organisatoriska förbättringar som fler vuxna och mindre barngrupper. I deltagarnas svar framkommer också att bristen på personal och tid påverkar möjligheterna till individuellt bemötande.

”Om vi vore fler vuxna och hade mindre grupper skulle det bli lättare att bygga starka och trygga relationer.”

I kap. 2.1 och 3.2 i den teoretiska bakgrunden poängteras vikten av lyhördhet, närvaro och struktur för att kunna möta barnets behov. När arbetsbelastningen är hög och barngrupper stora minskar möjligheten till detta, vilket deltagarna tydligt bekräftar. Det finns en tydlig önskan om att det skulle finnas mer utrymme och tid för att faktiskt kunna vara närvarande i mötet med varje barn.

Några betonar att deltagande i barnens lek och vardag stärker samhörighet och förtroende vilket speglar resonemangen i kap. 2.1 om att relationell pedagogik handlar om att vara delaktig i barnens värld, inte bara som handledare utan i samspel med barnet. Det är genom de gemensamma upplevelserna som en trygg och genuin relation kan formas.

En deltagare pekar särskilt på behovet att förstå och tolka barns beteende utifrån ett djupare perspektiv, särskilt när det gäller ett barn med utåtagerande eller utmanande beteende.

”Att första båne och att ha tålmod, båne e ju int besvärlig på flit utan he finns ju ofta na som ligger bakom [...] skolning ti lär se att se bakom problemen kanske man sku behöv ha mer.”

Här kan man koppla resonemanget till teorierna om anknytning i kap. 2.2. När barn visar utmanande beteende handlar det ofta om känslomässiga behov som de ännu inte kan uttrycka på annat sätt. Kompetensutveckling eller handledning för att bättre kunna möta dessa behov i stunden är något som efterfrågas av flera deltagare.

En annan aspekt som lyfts fram är teamkänsla och kollegialt samarbete som grund för barnens trygghet.

”Vi har ett bra team. Det speglar sig till barnen när teamet har en bra relation.”

Här blir det tydligt att det inte bara är relationer mellan vuxen och barn som skapar trygghet, utan det är hela gruppens dynamik och de vuxnas samarbete som påverkar, detta är något som tangeras i kap. 3.1 i teoridelen.

5.6 Finns det situationer där relationen till barnen orsakar stress eller andra negativa känslor?

Deltagarna beskriver att arbetet inom småbarnspedagogiken innebär starka emotionella band till barnen, något som de påpekar att kan vara både meningsfullt och utmanande. Svaren visar att relationen till barnen ibland kan orsaka stress, speciellt om förutsättningarna är begränsade eller om barnen har stora behov. Flera deltagare säger att känslor av otillräcklighet ofta kommer när barngrupperna är stora och barnens behov varierar.

”Jag upplever att det kan vara stressande att känna att man inte kan ge varje barn den uppmärksamhet eller den stöd de behöver.”

Om det är många barn som är ledsna samtidigt och jag inte hinner trösta alla då känner jag mig otillräcklig och stressad.”

Det här är något som stöds av teoridelen 2.2 om anknytning där det betonas att pedagogens roll som trygg anknytningsperson är centralt.

Ett återkommande tema är att vissa barn, särskilt de med utmanande beteenden, kan skapa en känsla av stress. Här tas det också upp att barnets beteende ofta har bakomliggande orsaker vilket också diskuteras kap 2.1 i teoridelen.

”Det finns vissa barn som nog testar oss. Då kommer nog stressen.”

Deltagarna poängterar dock vikten av professionalitet, att kunna ta ett steg tillbaka och byta av med en kollega när det blir för tufft.

5.6.1 Hur hanterar du dessa situationer?

Deltagarna lyfter fram flera sätt att hantera stressiga situationer, bland annat kollegialt stöd, reflektion och självkänedom är saker som tas upp.

”Man måste säga åt kollegorna att nu måste jag ta en paus, kan du ta hen en stund nu?”

”Att prata med kollegor och be om hjälp samt påminna sig själv om att man gör sitt bästa.”

”Mitt agerande påverkar barnen och deras beteende så jag försöker själv hålla mig lugn.”

5.6.2 Hur påverkar de emotionella kraven i relationen med barnen din upplevelse av stress?

Flera deltagare beskriver att de emotionella kraven kan vara påfrestande och det blir tydligt att relationerna, även om de är kärnan i det pedagogiska arbetet, också kan vara en källa till emotionell belastning, speciellt om det inte finns tid för återhämtning vilket också diskuteras i kap. 3.5.

”Det är emotionellt krävande att ge av sig själv till barnen varje dag och kan bli väldigt dränerande.”

5.7 Vilka faktorer gör det svårare att upprätthålla positiva relationer med barnen?

Enligt samtliga deltagare är stora barngrupper, personalbrist och tidsbrist de mest centrala utmaningar som påverkar relationen till barnet på ett negativt sätt. Många uttrycker frustration över att de inte har möjlighet att ge varje barn den uppmärksamhet som de förtjänar.

”Det blir väldigt svårt att se alla barn och hålla en positiv attityd när man känner att man inte hinner med allt.”

”Fast nästan alla barnen är på plats från åtta till fyra så är det inte egentligen så många timmar som man har hela personalstyrkan på plats.”

5.8 Vilka strategier eller metoder använder du i arbetet för att skapa en balans mellan engagemang och återhämtning?

En vanlig strategi är kollegialt stöd och samarbete, något som flera lyfter fram som en viktig skyddsfaktor. Planeringstid, pauser vid vila samt fysiska hjälpmedel som hörselskydd är andra strategier och metoder som hjälper till med återhämtningen.

”Kommunikation med kollegor hjälper, vi peppar varandra och försöker hjälpas åt.”

”När de sover är det tyst, det är lite återhämtning när de somnar.”

I kap. 3.5 diskuteras balansen mellan professionellt engagemang och personalens välmående, för att personalen inom småbarnspedagogiken ska ha möjlighet att vara

närvarande och stödjande i varje interaktion behövs arbetsförhållanden som ger utrymme för återhämtning och reflektion.

Flera uttrycker att arbetet är så krävande att det inte finns mycket energi kvar efter arbetsdagen.

”Alla jag känner som jobbar inom småbarnspedagogiken säger att de inte orkar någonting efter jobbet. Helgerna får helt och hållet till att samla krafter.”

Detta illustrerar en tydlig risk för utmattning, något som också uppmärksammas i kap. 3.2 och 3.4.

5.8.1 Upplever du att du får det stöd du behöver för att hantera den stress som kan uppstå i ditt arbete? Varför/varför inte?

Deltagarnas svar visar att balansen mellan att vara engagerade och samtidigt orka i längden är en utmaning inom småbarnspedagogiken. Upplevelser av organisatoriskt stöd varierad kraftigt, vissa beskriver god stämning och förståelse från förman medan flera uttrycker besvikelse över brist på strukturellt stöd och resurser.

”Jag tycker förmannen har förståelse och ser till att det ska finnas personal.”

”Vi har ganska bra anda i huset och ställer upp för varandra.”

”Nej. Det finns inte resurser. Har fått rådet att hålla ut, kanske nästa års grupp är lättare.”

”Vi får inte alltid tillräckligt stöd från ledningen, vi förväntas lösa det även om vi är för få på plats.”

Svaren tyder på att det kollegiala stödet väger upp mycket, men att stödet från ledningen inte alltid motsvarar behoven, särskilt i grupper med många barn och barn med särskilda behov.

5.9 Vilka faktorer eller stöd tror du skulle kunna minska stressen i arbetet med nära relationer till barnen?

I svaren framträder ett tydligt och samstämmigt budskap: det krävs strukturella förändringar och mer stöd för personalen i vardagen för att de ska orka med det

emotionellt krävande arbetet att bygga och upprätthålla nära relationer till barnen. Mindre barngrupper och fler vuxna är något som alla deltagare tror att kunde minska stressen.

”Stressen skulle minska om det fanns mer personal, speciellt då man jobbar med mer utmanande barngrupper eller riktigt små barn.”

I kap. 2.1 i den teoridelen lyfts också dessa aspekter fram som avgörande. När relationerna till barnen bygger på lyhördhet och emotionellt engagemang krävs tid och närvaro, vilket blir väldigt svårt att uppnå vid personalbrist.

Flera deltagare påpekar att god planering och tydlig struktur i arbetslaget är stressreducerande faktorer. En tydlig struktur skapar förutsägbarhet, både för barn och vuxna.

”Vi har struktur på allt, vem sköter blöjbyte före vilan, vem för bort matkärran, ett rullande system.”

Att känna sig trygg med kollegor och chefer beskrivs som en annan viktig skyddsfaktor.

”Det är viktigt att man har förtroende för sina kollegor och chefen, att man får den hjälp man behöver och att de inte är dömande.”

Att kunna prata öppet om utmaningar utan att bli skuldbelagd är något som några deltagare tycker är väldigt viktigt för att minska stressen i arbetet med nära relationer till barnen.

Flera uttrycker behov av fortbildning och handledning.

”Att utveckla sina kunskaper om barnens känslomässiga utveckling skulle kunna göra att man känner sig mer säker i sin roll.”

”Handledning och reflektionstid tillsammans med kollegor och specialpedagog skulle hjälpa mycket.”

Man kan se en tydlig önskan om att få verktyg för att förstå barns beteende på djupet, betydelsen av att förstå barnet och orsakerna bakom dess beteende lyfts fram i kap. 2.1.

5.10 Finns det något som du tycker är viktigt och vill tillägga?

Flera av deltagarna betonade än en gång vikten av kollegialt stöd och arbetsgemenskap för att orka i det dagliga arbetet. En trygg och stöttande arbetsmiljö där man känner sig respekterad av både ledning och kollegor framhölls som avförande för att kunna fokusera på barnens behov. En god arbetsmiljö är direkt kopplat till barnens välmående och trygghet, ett återkommande tema som behandlas i kap. 2.1 där betydelsen av vuxnas emotionella närvaro och förståelse för barnens behov diskuteras. En av respondenterna uttryckte att när rykten sprids eller man upplever att andra pratar bakom ryggen påverkar det arbetsglädjen negativt och fokus tas bort från barnen.

Att arbeta inom småbarnspedagogiken beskrivs som både roligt och meningsfullt men också tuffare än många kanske förväntat sig. Det höga ansvaret och de känslomässiga kraven ställs i kontrast till en relativt låg lön, vilket upplevs som orättvist av flera och som också ses som en stressfaktor i sig.

”Att jobba inom småbarnspedagogiken är givande och roligt. Det är dock tuffare än vad jag hade föreställt mig att det skulle vara. Vi har ett stort ansvar i vårt jobb och vi gör ett viktigt arbete och p.g.a. det kunde lönen också vara högre. Den relativt låga lönen kan också vara en stressfaktor och ha en negativ inverkan på många av oss som jobbar inom småbarnspedagogiken.”

Flera lyfter också vikten av att barnskötare som ofta är de som arbetar närmast barnen ska få känna sig sedda och hörda i arbetslaget. En av respondenterna uttryckte att när rykten sprids eller man upplever att andra pratar bakom ryggen påverkar det arbetsglädjen negativt och fokus tas bort från barnen.

En annan aspekt som framkommer är värdet av smågruppsarbete. Flera upplever att smågruppsarbete bygger starkare och mer individuella relationer till barnen. I små grupper blir det lättare att se och möta varje barn där de befinner sig, något som är svårare i större barngrupper där personalen ofta tenderar att prata med varandra i stället för att interagera direkt med barnen.

Sammanfattningsvis uttrycker flera deltagare att relationen till barnen ger mycket glädje men att det också krävs goda förutsättningar för att dessa relationer ska kunna upprätthållas. Tillräckligt med personal, förståelse för barnens behov, bra

arbetsgemenskap och en bra arbetsmiljö är förutsättningar som gynnar relationen till barnen.

5.11 Sammanfattande diskussion

Resultaten i denna studie visar att relationen mellan personal och barn är en meningsfull och central del av arbetet inom småbarnspedagogiken. Relationerna utgör inte bara en kärna i det pedagogiska uppdraget utan påverkar också personalens motivation, välmående och yrkesidentitet på ett genomgripande sätt. Det framkommer tydligt att personalen lägger stor vikt vid att skapa trygghet, förtroende och närhet i relationen till varje barn och att dessa relationer påverkar deras välmående i stor utsträckning.

Samtidigt blir det tydligt att förutsättningarna för att bygga dessa relationer inte alltid är optimala. Flera deltagare pekar på organisatoriska hinder som stora barngrupper och personalbrist som begränsar tiden och möjligheten till individuellt bemötande. Detta är något som skapar stress och känslor av otillräcklighet. Deltagarna lyfter fram en lyhörd ledning, goda kollegiala relationer och tydlig struktur i arbetslaget som avgörande för att orka med det känslomässiga arbetet som relationer med barnen innebär.

Deltagarna efterfrågar större förståelse för barn med utmanande beteende och menar att ökad kunskap kring detta kunde stärka relationen till barnen och minska stressen som uppstår i utmanande situationer. Möjlighet till handledning och fortbildning kring barns känslomässiga behov och beteende är ett återkommande önskemål.

Samtidigt betonas kollegialt stöd, en fungerande arbetsstruktur och en lyhörd ledning som avgörande för att orka i det dagliga arbetet. När personalen känner sig sedda och känner att deras insatser värderas blir det också lättare att vara närvarande och bygga relationer med barnen. Studien visar att smågruppsarbete kan skapa bättre förutsättningar för nära relationer och samtidigt minska stress som uppstår när många barn behöver stöd samtidigt.

Resultaten bekräftar tidigare forskning som visar att nära relationer är centrala för barns trygghet och utveckling, men den här studien bidrar med ett tydligt personalperspektiv där sambandet mellan relationellt arbete och personalens emotionella hälsa lyfts fram.

Eftersom studien bygger på kvalitativa intervjuer med ett mindre antal personer som jobbar inom småbarnspedagogiken kan resultaten inte generaliseras statistiskt till alla som

arbetar inom småbarnspedagogiken. Däremot kan de teoretiska och tematiska mönstren som framkommer vara överförbara till liknande sammanhang. Det vill säga, även om resultaten är specifika för just dessa informanter och deras situationer, kan insikterna ha relevans för andra småbarnspedagogiska miljöer med liknande organisatoriska och pedagogiska strukturer. Att flera av deltagarna uttrycker liknande erfarenheter stärker trovärdigheten och pekar på gemensamma utmaningar och behov.

6 Slutdiskussion

Syfte med den här studien var att undersöka hur personalen inom småbarnspedagogiken upplever sitt arbete i nära relation till barn, med särskild fokus på de utmaningar och möjligheter som den nära relationen till barnen innebär samt hur den påverkar personalens välmående. Frågeställningar som låg som grund för examensarbetet handlade om hur personalen beskriver relationerna till barnen, vilka möjligheter och utmaningar som finns i dessa relationer samt hur relationerna påverkar personalens välmående och upplevelse av stress. Jag har fått ta del av deltagarnas personliga erfarenheter genom de kvalitativa intervjuerna, detta har gett ett varierande och detaljerat material som på ett tydligt sätt belyser studiens tre frågeställningar.

Efter att studien har genomförts kan jag konstatera att syftet har uppnåtts. Genom deltagarnas berättelser har jag fått en fördjupad och mångsidig bild av hur relationerna till barnen upplevs i praktiken samt hur den nära relationen påverkar personalens välbefinnande och känsla av stress. Resultatet ger konkreta exempel på både de glädjefyllda och de mer krävande sidorna som upplevs i det relationella arbetet med små barn. Svaren visar tydligt att relationen till barnen inte bara är en arbetsuppgift utan den är också själva kärnan i yrkesidentiteten och påverkar personalens känsla av mening, motivation och deras emotionella ork.

Hur personalen beskriver relationen till barnen i deras dagliga arbete har besvarats genom deltagarnas egna berättelser om vikten av tillit, närhet, respekt och emotionellt stöd. Svaren visar att relationen till barnen inte bara ses som en del av arbetet utan som dess kärna. Det handlar inte bara om att visa vägen eller undervisa, utan också om att vara en närvarande trygg vuxen i barnets vardag.

Vilka möjligheter och utmaningar personalen upplever i arbetet med nära relationer till barnet har belysts genom återkommande teman i materialet. Man beskriver hur meningsfulla relationer med barnen ger motivation, energi och glädje men att de samtidigt kan bli en belastning utan rätt stöd och resurser.

Hur relationerna påverkar personalens välmående och upplevelse av stress har visat att det finns ett starkt samband mellan kvaliteten i relationerna och personalens emotionella och psykiska hälsa. När relationerna fungerar bra upplevs arbetet som mer motiverande och

meningsfullt. När förutsättningarna brister kan däremot känslor av trötthet, otillräcklighet och stress ta över.

Något som blev tydligt är att förutsättningar spelar en avgörande roll. När personalen ges tillräckligt med tid, resurser och stöd upplever de att de kan vara närvarande och lyhörda och då också ha möjligheten att skapa trygga relationer. I kontrast till en stödjande arbetsmiljö kan personalbrist, stora barngrupper och bristande stöd från kollegor och ledning leda till känslor av otillräcklighet och stress, vilket i sin tur påverkar personalens välmående och relationernas kvalitet. Frågeställningarna har inte bara besvarats, utan också tydliggjort hur nära sammanlänkade det relationella arbetet och arbetsmiljön är.

Det har varit intressant att se hur teorierna om relationell pedagogik och anknytning stämmer överens med deltagarnas egna erfarenheter. Samspelet och närvarons betydelse som betonas i relationell pedagogik speglas i deltagarnas beskrivning av det dagliga arbetet. Det är i de vardagliga stunderna som arbetet får sin djupaste mening, det kan vara en kram på morgonen, ett delat skratt eller ett barn som vågar pröva på något nytt. Anknytningsteorin lyfter fram personalens ansvar om att vara en trygg bas för barnen och det är ett ansvar som deltagarna tar på ett stort allvar men som också innebär att de själv behöver få känna sig stöttade, trygga och sedda.

Det som också kommit fram under arbetets gång är att relationer inte bara är något som sker mellan vuxna och barn, utan även inom teamet. När samarbete, respekt och tillit finns mellan kollegor och till och från ledningen, skapas en arbetsmiljö som ger möjlighet för personalen att vara emotionellt tillgänglig för barnen.

Något som jag tar med mig från den här studien är att det relationella arbetet inom småbarnspedagogiken förtjänar större uppmärksamhet. De relationer som personalen bygger med barnen är inte en självklar följd av att ha rätt utbildning eller av att "man tycker om barn", utan relationerna är resultatet av ett empatiskt, medvetet och ofta känslomässigt krävande arbete som behöver rätt förutsättningar för att kunna utvecklas.

Det finns flera vägar för fortsatt forskning utifrån den här studien. Ett exempel är att titta närmare på hur olika typer av ledarskap påverkar samarbetet i personalgruppen och relationerna till barnen. Det skulle också vara intressant att undersöka om och hur personalens yrkesroll påverkar deras upplevelser av relationellt arbete. I denna studie

deltog både lärare, socionomer och barnskötare och det framkom att deras perspektiv på relationer, arbetsfördelning och stresshantering kunde skilja sig åt. En fördjupad studie som jämför dessa yrkesgrupper skulle kunna synliggöra yrkesspecifika behov och stärka det interna samarbetet inom småbarnspedagogiken.

Sammanfattningsvis visar studien att goda relationer till barnen är avgörande för kvaliteten i arbetet inom småbarnspedagogiken, inte som något extra, utan som en grundläggande förutsättning för både barnens utveckling och personalens välbefinnande. För att dessa relationer ska vara hållbara krävs att personalen får den tid, de resurser och det stöd som behövs för att bygga dem. Resultaten i den här undersökningen kan därför användas som ett underlag i utvecklingsarbetet inom småbarnspedagogiken. Genom att arbeta aktivt med frågor som rör arbetsmiljö, stödstrukturer och emotionellt välmående kan man skapa bättre förutsättningar för hållbara relationer mellan personal och barn.

7 Källförteckning

Aspelin, J. (2018). *Lärares relationskompetens; Vad är det? Hur kan den utvecklas?* Stockholm: Liber AB

Aspelin, J. (2016). Om den pedagogiska relationens gränser-Relationskompetens i gränslandet mellan närhet och distans. *Nordisk tidskrift för allmän didaktik*, 2(1), 3–13.

Aspelin, J & Persson, S. (2011). *Om relationell pedagogik*. Malmö: Gleerups Utbildning AB

Aspelin, J. (2020). Teaching as a way of bonding: a contribution to the relational theory of teaching. *Educational Philosophy and Theory*, 53(6), 588-596. doi: 10.1080/00131857.2020.1798758

Berger, E., Reupert, A., Campbell, T. C. H., Morris, Z., Hammer, M., Diamond, Z., . . . Fathers, C. (2022). A Systematic Review of Evidence-Based Wellbeing Initiatives for Schoolteachers and Early Childhood Educators. *Educational psychology review*, 34(4), 2919-2969. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09690-5>

Birch, S. H. & Ladd, G. W. (1997). The teacher-child relationship and children's early school adjustment. *Journal of School Psychology*, 35(1), 61–79. [https://doi.org/10.1016/S0022-4405\(96\)00029-5](https://doi.org/10.1016/S0022-4405(96)00029-5)

Boréus, K., & Bergström, G. (2018). *Textens mening och makt* (Vol. 4). Lund: Studentlitteratur AB.

Broberg, M., Hagström, B., & Broberg, A. (2023). *Anknytning i förskolan: Vikten av trygghet för lek och lärande* (2. uppl.). Stockholm: Natur & Kultur

Brinkmann, S. (2024). *Kvalitativa intervjuer: Samtalskunskap genom forskningsintervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

Buber, M. (1997). *Jag och du*. (3. oförändr. uppl.). Dualis.

Dahlbeck, P. & Westerlund, K. (2019). *Relationell pedagogik – I teori och praktik i förskolan*. Lund: Studentlitteratur AB.

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken - för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur AB.

Engdahl, I. & Ärlemalm-Hagsér, E. (2020). *Att bli förskollärare: Mångfacetterad komplexitet*. (2. uppl.). Malmö: Liber AB

Eysenck, M., 2000. *Psykologi - Ett integrerat perspektiv*. Lund: Studentlitteratur.

Forskningsetiska delegationen (TENK). (2020). *Anvisningar för etikprovning inom humanvetenskaperna*. Hämtat 6.2.2025 från <https://tenk.fi/sv/anvisningar-ochmaterial/anvisningar-etikprovning-inom-humanvetenskaperna>

Gandhe, R.J. (2014). Positive stress: Review of relevant theories and an alternative conceptualization. *Indian Journal of Positive Psychology*, 5(3), 260–266. http://www.iahrw.com/index.php/home/journal_detail/19#list

Gillham, B. (2008). *Forskningsintervjun: Tekniker och genomförande*. Malmö: Studentlitteratur

Hall-Kenyon, M., Bullough, R. V., Lake MacKay, K. & Marshall, E. E. (2014). Preschool teacher well-being: A review of the literature. *Early Childhood education journal*, 42(3), 153-162. doi: 10.1007/s10643-013-0595-4.

Hamre, B. K. & Pianta, R. C. (2005). Can instructional and emotional support in the first grade classroom make a difference for children at risk of school failure? *Child Development*, 76(5), 949–967. doi: 10.1111/j.1467-8624.2005.00889.x

Hamre, B. K. & Pianta, R.C. (2001). Early Teacher-Child Relationships and the Trajectory of Children's School Outcomes through Eight Grade. *Child Development*, 72(2), 652-638. doi: 10.1111/1467-8624.00301.

Holmqvist, R. (2023). *Samtal i socialt arbete – Vägar till förändring*. Stockholm: Liber AB

Howes, C., Burchinal, M., Pianta, R., Bryant, D., Early, D., Clifford, R. & Barbarin, O. (2008). Ready to learn? Children's pre-academic achievement in pre-Kindergarten programs. *Early Childhood Research Quarterly*, 23(1), 27–50.

- Hjärt-Lungfonden. (2020). *Stress*. Hämtat 8.2.2025 från <https://www.hjartlungfonden.se/halsa/riskfaktorer/stress/>
- Hughes, K., Bullock, A. & Coplan, R. (2014). A person-centred analysis of teacher–child relationships in early childhood. *British Journal of Educational Psychology*, 84, 253-267. doi:10.1111/bjep.12029
- Hultberg, A. (2007). Ett hälsosammare arbetsliv – Vägledning för goda psykosociala arbetsförhållanden. *Socialmedicinsk tidskrift*, 84(2), 114–122.
- Jensen, E. & Løw, O. (2011). *Pedagogiskt ledarskap: Om att skapa goda relationer i klassrummet*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.
- Johansson, E. (2004). Learning encounters in preschool: Interaction between atmosphere, view of children and of learning. *International Journal of Early Childhood*, 36(2), 9-26. doi: 10.1007/BF03168197
- Keller, A., Litzelman, K., Wisk, L. E., Maddox, T., Cheng, E. R., Creswell, P. D. & Witt, W. P. (2012). Does the perception that stress affects health matter? The association with health and mortality. *Health Psychology*, 31(5), 677–684.
- Li, Y., & Zhang, R.-C. (2019). Kindergarten teachers' work stress and work-related wellbeing: A moderated mediation model. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 47(11), e8409. <https://doi.org/10.2224/sbp.8409>
- Ljungblad Ann-Louise. (2018). *Relationellt lärarskap - och pedagogiska möten*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Lärportalen (2021). *Pedagogiska relationer I förskolan*. Hämtat 10.2.2025 från <https://larportalen.skolverket.se/sok?q=pedagogiska%20relationer%20i%20f%C3%B6rskolan>
- Mead, G.H. (1934). *Mind, self and society: From the standpoint of a social behaviorist* (C. W. Morris, Ed.). University of Chicago Press.
- Mörelius, E. (2014). *Stress hos barn och ungdom*. (1. uppl.). Lund: Studentlitteratur.

- Nyholm, L. (2016). *Nedstressad förskola: Medveten närvaro* (1. uppl.). Stockholm: Gothia utbildning.
- Patel, R & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. (5. uppl.). Lund: Studentlitteratur AB.
- Patton, M.Q. 2002. *Qualitative research & evaluation methods* 3. ed. London : Sage Publications, Inc.
- Persson, S. (2015). Delstudie 4 Pedagogiska relationer i förskolan. I: I. Tallberg-Broman, AC. Vallberg-Roth, L. Palla & S. Persson (red.), *Förskola tidig intervention* (s. 121–140). Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Persson, S., & Tallberg Broman, I. (2019). *Hög sjukfrånvaro och ökad psykisk ohälsa: Om dilemman i förskollärares uppdrag*. Malmö: Malmö Stad
- Riddersporre, B., Bruce, B., Riddersporre, B., & Bruce, B. (2016). *Omsorg i en förskola på vetenskaplig grund* (Första utgåvan, första tryckningen.). Stockholm: Natur & kultur
- Sabol, T.J., & Pianta, R.C. (2012). Recent trends in research on teacher-child relationships. *Attachment & Human Development*, 14(3),213-231. doi: 10.1080/14616734.2012.672262
- Sandilos, Goble, P., Rimm-Kaufman, S. E., & Pianta, R. C. (2018). Does professional development reduce the influence of teacher stress on teacher–child interactions in prekindergarten classrooms? *Early Childhood Research Quarterly*, 42, 280–290. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2017.10.009>
- Stevenson-Hinde, J. (2007). Attachment theory and John Bowlby: Some reflections. *Attachment & Human Development*, 9(4), 337-343. <https://doi.org/10.1080/14616730701711540>
- Svensson, P.-G., & Starrin, B. (2000). *Kvalitativa studier i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Tebben, E., Lang, S. N., Sproat, E., Tyree Owens, J., & Helms, S. (2021). Identifying primary and secondary stressors, buffers, and supports that impact ECE teacher wellbeing: implications for teacher education. *Journal of Early Childhood Teacher Education*, 42(2), 143–161. <https://doi.org/10.1080/10901027.2021.1918294>

Tutkittua varhaiskasvatuksesta. (2023). *Hyvinvoiva varhaiskasvatuksen työntekijä on kaikkien etu*. Hämtat 17.12.2024 från <https://tutkittuavarhaiskasvatuksesta.com/2023/02/03/hyvinvoiva-varhaiskasvatuksentyontekija-on-kaikkien-etu/>

Utbildningsstyrelsen. (2022). *Grunderna för planen för småbarnspedagogik 2022*. Helsingfors: Utbildningsstyrelsen.

Währborg, P. (2009). *Stress och den nya ohälsan*. Stockholm: Natur & Kultur

Zarra-Nezhad, M., Moazami-Goodarzi, A., Muotka, J., & Sajaniemi, N. (2023). Teachers' stress as a moderator of the impact of a professional development intervention on preschool children's social-emotional learning. *Journal of Early Childhood Education Research*, 12(3), 64-87. <https://doi.org/10.58955/jecer.126751>

Zinsler, K. M., Bailey, C. S., Curby, T. W., Denham, S. A., & Bassett, H. H. (2013). Exploring the predictable classroom: preschool teacher stress, emotional supportiveness, and students' social-emotional behavior in private and Head Start classrooms. *NHSA Dialog*, 16(2), 90-108.

8 Bilaga 1

Intervjuguide

Tack för att du deltar i denna intervju! Syftet med intervjun är att få en djupare förståelse för hur personal inom småbarnspedagogiken upplever sina nära relationer med barnen, samt hur dessa relationer påverkar deras välmående och upplevelse av stress.

Intervjun är semistrukturerad, vilket betyder att vi har vissa huvudfrågor att utgå ifrån, men det finns utrymme för dig att utveckla dina svar fritt utifrån dina egna erfarenheter. Det finns inga rätta eller felaktiga svar – det viktiga är dina tankar och upplevelser.

All information behandlas anonymt och konfidentiellt. Du har rätt att avbryta intervjun när som helst.

Har du några frågor innan vi börjar?

Bakgrundsfrågor

1. Kan du kort berätta om din yrkesroll och erfarenhet inom småbarnspedagogiken?
2. Vad tilltalade dig och gjorde att du ville arbeta inom småbarnspedagogiken?

Relationen med barnet och dess positiva påverkan på personalen

3. Vad tycker du är viktigt i din professionella relation i förhållandet till barnen?
4. Vad upplever du som positivt och meningsfullt i arbetet tillsammans med barnen?
Hur upplever du att relationerna med barnet påverkar ditt välmående i arbetet?

Finns det situationer där relationen till barnen ger dig energi och arbetsglädje? Kan du ge exempel?
5. Finns det något som kunde stärka den positiva relationen till barnet?

Relationen med barnet och dess negativa påverkan på personalen

6. Finns det situationer där relationen till barnen orsakar stress eller andra negativa känslor? Hur hanterar du dessa situationer?

Hur påverkar de emotionella kraven i relationen med barnen din upplevelse av stress?

7. Vilka faktorer gör det svårare att upprätthålla positiva relationer med barnen? (Exempelvis arbetsbelastning, stora barngrupper, personalbrist?).

8. Vilka strategier eller metoder använder du i arbetet för att skapa en balans mellan engagemang och återhämtning?

Upplever du att du får det stöd du behöver för att hantera den stress som kan uppstå i ditt arbete? Varför/varför inte?

9. Vilka faktorer eller stöd tror du skulle kunna minska stressen i arbetet med nära relationer till barnen?

10. Finns det något som du tycker är viktigt och vill tillägga?