BARNS PSYKISKA HÄLSA I RELATION TILL LÄRANDE

ELIN JOHANSSON

ALICE HANDROOS

EN KVALITATIV STUDIE UTIFRÅN ETT FÖRSKOLLÄRARPERSPEKTIV

Akademin för utbildning, kultur och kommunikation

Pedagogik

Självständigt arbete - Förskolepedagogiskt område

Grundnivå, 15hp.

Handledare: Anne Lillvist

Examinator: Eva Ärlemalm-Hagsér

HT 2025

Akademin för utbildning kultur och kommunikation

SJÄLVSTÄNDIGT ARBETE

Kurskod PEA098 15 hp

Termin 7 År 2025

SAMMANFATTNING

Elin Johansson och Alice Handroos

Barns psykiska hälsa i relation till lärande

-En kvalitativ studie utifrån ett förskollärarperspektiv

Children´s mental health in relation to learning

-A qualitative study from a preschool teacher perspective

Årtal: 2025 Antal sidor: 32

I takt med att barns psykiska ohälsa har visat sig öka i samhället, samt att ohälsan ökar bland lägre åldrar, syftade denna studie till att fördjupa förståelsen för förskollärares perspektiv på relationen mellan barns psykiska hälsa och deras lärande. Studien grundades på en kvalitativ forskningsmetod med semistrukturerade intervjuer. Studien har analyserats utifrån Bronfenbrenners (1979) utvecklingsekologiska teori. I resultatet framkom trygghet och relationsskapande som viktiga komponenter i främjandet av barns psykiska hälsa och lärande, samt att små barns hälsa är avgörande för deras kommande utveckling. Det är därför av vikt att pedagoger i förskolan är närvarande för att kunna synliggöra tecken på psykisk ohälsa hos barn. Andra påverkansfaktorer på barns hälsa och lärande är bland annat gruppstorlekar och stress. Studiens slutsats visade på betydelsen av tidiga insatser och dess viktiga funktion i främjandet av barns psykiska hälsa och lärande.

Nyckelord: Psykisk hälsa, lärande, förskollärare, trygghet, relationsskapande

Innehållsförteckning

1.0 Inledning 1
1.1 Syfte och frågeställningar 2
1.2 Disposition 2
2.0 Bakgrund 2
2.1 Bakgrundslitteratur 2
2.1.1 Förskolans betydelse för barns psykiska hälsa 3
2.1.2 Barns lärande ur ett hälsoperspektiv 3
2.2 Policydokument som berör förskolan 4
2.2.1 Policydokument 4
3.0 Tidigare forskning 4
3.1 Litteratursökning 4
3.2 Lärande ur ett hälsoperspektiv 5
3.3 Yrkesverksammas perspektiv inom barns psykiska hälsa och lärande 7
4.0 Teoretiskt perspektiv 9
4.1 Bronfenbrenners utvecklingsekologiska systemteori 9
4.2 Teoretiska begrepp 10
5.0 Metod 11
5.1 Metodval 12
5.2 Urval 12
5.3 Genomförande 13
5.4 Bearbetning av material och analysmetod 13
5.5 Forskningsetiska aspekter 14
5.6 Tillförlitlighet 14
6.0 Resultat 15
6.1 Hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos barn i förskolan 15
6.1.1 Psykisk hälsa hos barn 15
6.1.2 Psykisk ohälsa hos barn 16
6.2 Förskollärares tolkningar av hur hälsa och lärande samverkar med varandra . 17
6.2.1 Trygghet hos barn 17
6.2.2 Fysisk aktivitet, hälsa och lärande 17
6.3 Förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande 18
6.3.1 Relationsskapande 18
6.3.2 Att vara närvarande 19
6.3.3 Förskollärares förhållningssätt 19
6.4 Insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja utveckling och lärande hos barn 20
6.4.1 Strategier för att förebygga psykisk ohälsa och främja utveckling och lärande hos barn 20
6.4.2 Samverkan 21
6.4.3 Vikten av tidiga insatser 22

6.5 Resultatsammanfattning 22
7.0 Analys av resultat 23
7.1 Förskollärares tolkningar av hur hälsa och lärande samverkar, samt hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos förskolebarn 23
7.2 Förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande 24
7.3 Insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja lärande hos barn 24
8.0 Diskussion 26
8.1 Resultatdiskussion 26
8.1.1 Barns trygghet 26
8.1.2 Stress i dagens samhälle 26
8.1.3 Relationsskapande 27
8.1.4 Tidiga insatser 28
8.2 Metoddiskussion 28
8.3 Slutsats 29
8.4 Pedagogisk relevans 30
8.5 Förslag på fortsatta studier 30
Referenslista 31
Bilaga 1 33

1.0 Inledning

Enligt en kunskapsöversikt har det visat sig att under de senaste decennierna har psykisk ohälsa hos barn och unga ökat markant, vilket därför har blivit en viktig samhällsfråga (Hellström, 2023, s. 14, 32). I en studie har det framkommit att tidig identifiering av barns psykiska besvär gynnar deras framtida hälsa (Stein & Russell, 2021, s. 13). Forskarna belyser även vikten av att barn tidigt i livet tillägnar sig kunskaper kring sociala och emotionella färdigheter. Dessa färdigheter har visat sig förbereda barnen för deras kommande skolgång, samt gynnar deras kognitiva utveckling. Flera studier har också visat att sådana färdigheter kan bidra till att förebygga psykisk ohälsa och främja välbefinnandet (Hellberg m.fl., 2021, s. 47; Kimber, 2013, s. 728 – 729; Winkler m.fl., 2024, s. 175;). Wolfgang (2013, s. 15) visar på att det saknas utbildning inom sociala och emotionella färdigheter hos barn i åldrarna noll till åtta år. Detta utgör därmed en kunskapslucka.

I *Läroplanen för förskolan Lpfö18* (Skolverket, 2025, s. 6) skrivs att förskolan ska omfattas av en helhetssyn, där omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet. Engdahl och Ärlemalm-Hagsér (2020, s. 60 - 61) menar att omsorg bland annat innefattar barns fysiska omsorgsbehov, såsom hygien eller måltider, men omsorgen innefattar även barns psykiska välbefinnande och deras emotionella utveckling. Forskarna betonar att förskolan ska bedriva utbildningen och undervisningen genom att pedagoger i förskolan har ett omsorgsfullt bemötande. De menar även att pedagoger behöver besitta de kunskaper och kompetenser som krävs för att kunna se, förstå och handla, kopplat till vad barnen gör. Detta för att förskolans arbete ska spegla en integrerad syn av omsorg, fostran, lek och lärande. I liknande termer betonar Hellberg m.fl. (2021, s. 3) i sin studie vikten av förskollärares närvaro i sociala samspel. Forskarna poängterar att förskollärares närvaro i barns sociala samspel har stor betydelse när det kommer till förebyggande insatser. Detta eftersom psykisk ohälsa som bryter ut under tidig barndom, ofta finns kvar senare i livet. Forskarna menar att det därför är avgörande med närvarande pedagoger som stöttar och ser barnen i förskolans vardag. Detta stärks av 3 kap. 1.3 § i FN:s konvention om barnets rättigheter (SFS 2018:1197), där det skrivs att förskolan har ansvar över barnens omvårdnad. Personalen i förskolan behöver därför säkerställa att de rådande normerna uppfyller barnens säkerhet, hälsa, personalantal samt tillsyn av barnen.

Ytterligare en faktor till att barns hälsa och välbefinnande bör beaktas, stärks genom FN:s globala hållbarhetsmål, som Engdahl och Ärlemalm-Hagsér (2020, s. 303 - 304) skriver om. Forskarna menar att de olika målen har till uppgift att bland annat minska ojämlikheter och orättvisor i världen till år 2030. Då ett av målen innefattar hälsa och välbefinnande, är det av vikt att arbeta med små barns hälsa tidigt i deras liv.

1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med föreliggande studie är att fördjupa förståelsen för förskollärares perspektiv på relationen mellan barns psykiska hälsa och deras lärande. För att belysa syftet har tre frågeställningar formulerats.

Frågeställningar

- Hur kan psykisk ohälsa hos barn visa sig i förskolan, utifrån förskollärares perspektiv?
- Hur kan barns lärande i förskolan påverkas av deras psykiska hälsa, utifrån förskollärares perspektiv?
- Vilka strategier i utbildningen beskriver förskollärare att man kan använda sig av för att främja den psykiska hälsan hos barnet?

1.2 Disposition

I kapitel 2 presenteras *bakgrund* till föreliggande studie. Här kommer relationen mellan barns psykiska hälsa och lärandet att beskrivas med stöd av bakgrundslitteratur samt policydokument. I kapitel 3 redogörs det för *tidigare forskning* och inleds med litteratursökning. I kapitel 4 beskrivs den *teoretiska utgångspunkten* för studien, Bronfenbrenners (1979) utvecklingsekologiska systemteori, samt dess centrala begrepp. I kapitel 5 beskrivs *metod* för studien, strukturerad utifrån metodval, urval, genomförande, bearbetning av material och analysmetod, forskningsetiska aspekter samt tillförlitlighet. I kapitel 6 beskrivs *resultat* av våra intervjuer utifrån fyra teman, med tillhörande underrubriker. Kapitlet avslutas med en resultatsammanfattning. I kapitel 7 görs en *analys* av resultatet utifrån den utvecklingsekologiska systemteorin. Kapitel 8 utgör det avslutande kapitlet. Här förs en *diskussion,* resultatdiskussion och metoddiskussion utifrån studiens syfte, frågeställningar och tidigare forskning. Avslutningsvis presenteras en slutsats, samt relevans för förskollärarryrket och förslag till fortsatt forskning inom området.

2.0 Bakgrund

I detta kapitel kommer bakgrundslitteratur att presenteras som belyser den psykiska hälsan i relation till lärandet hos barnet. Därefter kommer förankring av policydokument.

2.1 Bakgrundslitteratur

I det här avsnittet förtydligas sambandet mellan den psykiska hälsan och lärandet hos barnet, utifrån litteratur och policydokument.

2.1.1 Förskolans betydelse för barns psykiska hälsa

En kunskapsöversikt av Hellström (2023, s. 11) poängterar att frågor som rör både fysisk- och psykisk hälsa bör prioriteras redan under barns första tid i livet. Eftersom förskolan är en plats som når de allra flesta barn, menar forskaren (s. 57) att verksamheten därför kan ses som en effektiv arena för ett hälsofrämjande arbete. För att barn ska kunna utvecklas socialt, moraliskt, psykiskt och fysiskt krävs det kunskap och kompetens hos förskollärare för att kunna bedriva detta hälsofrämjande arbete (Hellström, 2023, s. 11). Vidare lägger forskaren (s. 62) en betoning på att förskolans kvalitet i undervisningen har avgörande betydelse, eftersom hälsa och lärande påverkar varandra ömsesidigt. Forskaren (s. 64 – 66) redogör för möjliga riskfaktorer relaterat till barns psykiska ohälsa.

> Familjens socioekonomiska villkor har betydelse för barns och ungas hälsa. Det är vanligare att flickor, barn som bor med en förälder och barn i familjer som har det sämre ställt ekonomiskt rapporterar stress, psykiska och somatiska besvär. (Hellström, 2023, s. 64)

Ett diskussionsunderlag av Persson (2012, s. 3) skapades för att synliggöra och aktivt arbeta med att minska skillnader av barns hälsa, i Malmös förskolor. Forskaren (s. 26 - 27) fann att den viktigaste faktorn för barns hälsa, lärande och utveckling är de pedagogiska relationerna mellan pedagoger och barn. Det synliggjordes stora variationer mellan barns hälsa, kopplat till socioekonomiska förutsättningar och familjers sociala status. Det framkom att förskolan spelar en viktig roll för utjämnandet av denna skillnad, samt att förskolan är speciellt viktig för dessa barn. Forskaren (s. 26 - 27) kunde även utläsa att tidiga insatser har stor betydelse för barns hälsa. Genom att satsa på dessa tidiga insatser får barnen förutsättningar till att vara aktiva och engagerade medskapare. När förskollärare ger barnen förutsättningar till att vara delaktiga, aktiva och engagerade i olika sociala lärandemiljöer, främjas arbetet för barns hälsotillstånd samt förskolans kvalitet (Persson, 2012, s. 7). Med det menar forskaren (s. 12) att kvaliteten i förskolan kan stärkas av barncentrerad pedagogik och inlärning av sociala och känslomässiga färdigheter samt att ta vara på förskollärarnas utbildning.

2.1.2 Barns lärande ur ett hälsoperspektiv

Kultti m.fl. (2016, s. 3) redovisar hur en pilotstudie har undersökt förskolan som en resurs för barns välbefinnande och lärande, i relation till social- och kulturell hållbarhet. Forskarna (s. 29, 34) fann att avsaknaden inom formell utbildning hos förskollärare, gällande hållbarhetsfrågor, blev ett hinder i arbetet med detta. Gällande

barns vistelsetider i förskolan framkom skillnader (Kultti m.fl., 2016, s. 32, 35). Förskollärarna och beslutsfattarna tyckte att 15 timmar per vecka är en rimlig tid om barnets vårdnadshavare är föräldraledig eller arbetssökande, medan förskolechefernas svar framhävde att barnen borde gå fler timmar i förskolan. De menade på att detta annars kan medföra segregering hos barnen. Detta har väckt funderingar hos forskarna angående barns tider i förskolan, samt hur förskolan ses som en resurs för barns välbefinnande och lärande.

2.2 Policydokument som berör förskolan

Följande avsnitt kommer att redogöra för barns rättigheter i förskolan mot bakgrund av läroplanen för förskolan, barnkonventionen, samt FN:s globala hållbarhetsmål.

2.2.1 Policydokument

I förskolans läroplan (Skolverket, 2025, s. 7) framkommer det att barnen ska erbjudas en hälsofrämjande miljö, som stödjer barnen i deras välbefinnande, hälsa och utveckling. Det innebär att de som arbetar i förskolan har i uppdrag att skapa förutsättningar för det. Det skrivs även att förskolan ska vara en plats som skapar trygghet för barnen, samt att de som arbetar i förskolan arbetar för att barn tillägnar sig ett gott självförtroende och tillit till sin förmåga. Förskolans uppdrag stärks även av artikel 3, i FN:s konvention om barnets rättigheter (SFS 2018:1197) genom att barnets bästa alltid ska vara utgångspunkten i alla beslut som rör barn. Detta kan kopplas till ett fokus på barns psykiska hälsa och välbefinnande. Detta poängteras av Engdahl och Ärlemalm-Hagsér (2020, s. 303 - 304) som lyfter att pedagogers hälsofrämjande arbete är av stor betydelse i förskolan. Forskarna belyser FN:s globala hållbarhetsmål, som till år 2030 bland annat ska minska ojämlikheter och orättvisor i världen och där hälsa och välbefinnande är ett av dessa mål.

3.0 Tidigare forskning

I detta kapitel redogörs för hur vi gått till väga med litteratursökningen. Detta efterföljs av *relevant forskning* för denna studie. Vi har valt att kategorisera forskningen tematiskt då vi anser att den knyter an till vårt valda ämne ur olika perspektiv.

3.1 Litteratursökning

Vi valde att använda oss av databaserna; ERICProQuest, Primo, Libris och SwePub. När vi sökte fram forskning kombinerade vi olika begrepp, kopplade till vårt valda

ämne. Vi sökte på; hälsa, lärande, barn, samt hälsa, lärande, förskola. I ERICProQuest kombinerade vi fler sökfält för att rama in sökningen på en rimlig nivå och för att inte beröra artiklar som behandlade barn/ungdomar med för hög ålder. Vi sökte då på child* OR toddler*, mental health* OR mental issues*, learning*, preschool* OR kindergarten* OR school*. Vi kombinerade även med NOT school för att snäva till sökningen. Vi begränsade även sökningarna ytterligare genom att använda oss av tre education level-nivåer, vilka var; early childhood education, kindergarten samt preschool education. Då detta område är relativt nytt inom forskningsfältet berördes vi inte av föråldrad forskning. Vi sökte på engelska och svenska artiklar, men de engelska artiklarna förekom överlägset de svenska. I sökningarna fokuserade vi även på att all forskning skulle vara peer reviewed. När vi sökte fram avhandlingen använde vi databasen ERICProQuest. Vi valde att använda oss av formuleringarna Early childhood and mental health* AND Stress and symptoms* AND Child* OR toddler*. Vi tryckte inte i några begränsningar på denna sökning.

3.2 Lärande ur ett hälsoperspektiv

Hellberg m.fl. (2021, s. 38, 41) pekar på en ökning av psykisk ohälsa hos barn. För att förhindra detta menar forskarna att pedagoger kan använda sig av en lekbaserad metod, det vill säga ett lekprogram innehållandes olika lekinterventioner. Inför och efter lekprogrammet i studien (s. 42 - 43) användes ett skattningsschema (SDQ), för att skatta barnens styrkor och svårigheter av pedagoger och vårdnadshavare. I lekinterventionerna grupperades barnen i små grupper och fick stöttning av en pedagog i leken för att träna sociala färdigheter, men också för att motverka oroskänslor (Hellberg m. fl. 2021, s. 41 - 43). I resultatet fann forskarna (s. 47) att barnens sociala förmågor hade utvecklats positivt, till exempel genom att de efteråt tog mer kontakt i leken med andra barn. Skattningen efter leksessionerna visade också på en positiv utveckling då vårdnadshavarna skattade sina barn lägre än innan, gällande ängslan och oro. Forskarna (s. 48) kunde även se att tidig identifiering av psykisk ohälsa är av vikt, då pedagoger lättare kan förebygga detta.

På liknande sätt Hellberg m.fl. (2021) beskrev i sin studie, belyser Penney m.fl. (2019) vikten av förskollärarens roll i att främja barns psykiska hälsa, genom att stödja barns sociala och emotionella utveckling (Penney m.fl., 2019, s. 60). Det betonas att förskollärare genom sin kompetens kan hjälpa barn att utvecklas socialt och emotionellt, men att förskolan även behöver besitta en hög kvalitet (Penney m.fl., 2019, s. 57). Forskarna (s. 58) använde sig av en metod där de samlade in en stor mängd litteratur. Den omfattade förskolepedagogik och specialpedagogik, riktad mot psykiska problem. Forskarna (s. 62 – 64) fann genom all insamlad litteratur olika hinder för identifiering av psykisk ohälsa och tidiga insatser för stöttning. Dels eftersom pedagoger inte besitter de kunskaper som krävs, dels eftersom det finns en tanke om att beteendeproblemen kan ses utifrån ett utvecklingsperspektiv. I litteraturen nämns olika generella faktorer som påverkar barns hälsa positivt, som till

exempel hur avgörande det är att pedagoger bygger relationer med barnen (Penney m.fl., 2019, s. 66 – 68). Artiklarna i studien belyser olika program för att motverka psykisk ohälsa hos barn. Ett program som nämns är *Social Emotional Learning* (SEL) och fokuserar på barns sociala och emotionella förmågor. Detta program innehåller fem kompetensområden: självkännedom, självhantering, social medvetenhet, relationsförmåga och ansvarsfullt beslutsfattande. I litteraturen har detta program visat sig ha stora positiva effekter på barns välbefinnande (Penney m.fl., 2019, s. 66 – 68).

Detta program, (SEL), är något Winkler m.fl. (2024, s. 169) även har undersökt i sin studie, i länder som USA men även inom Europa. Forskarna (s. 169 – 172) ville genom studien synliggöra likheter och skillnader mellan programmens resultat, från de olika ländernas program. Innehållsanalys användes för att undersöka dessa likheter och skillnader mellan de olika SEL-programmen, där de systematiskt granskades (Winkler m.fl., 2024, s. 172 - 173). Forskarna (s. 175) fann olika studier som visade på goda resultat kopplat till barns utveckling, genom utformandet av SEL-program. Studierna synliggjorde resultat där barnens sociala- och emotionella färdigheter gynnades, samt andra kompetenser som främjar barns psykiska hälsa och prestationsförmåga. Vidare förklarar forskarna (s. 175) att det skiljde sig till viss mån mellan USA´s och Europas program. De programmen som var utformade från USA hade starkast framgångsfaktorer gällande självhantering och självkännedom, medan programmen från Europa fokuserade mer på relationsfärdigheter. Gällande ansvarsfullt beslutsfattande visade de olika grupperna sig vara i linje med varandra, kopplat till studiernas mål och resultat (Winkler m.fl., 2024, s. 175).

Föregående forskare (Penney m.fl., 2019; Winkler m.fl., 2024) framhåller programmet (SEL), vilket Kimber (2013) vidareutvecklar i sin studie genom att beskriva hur programmet kan integreras i undervisningssituationer. Barns sociala och emotionella färdigheter kan då stärkas, för att förebygga psykisk ohälsa. Kimber (2013, s. 726) belyser socialt emotionellt lärande och olika pedagogiska metoder att använda i förskolan och skolan, i syfte att förebygga psykisk ohälsa hos barn. Detta för att öka kunskapen kring dessa. I studien (s. 728 – 730) används litteraturöversikt som metod. Det visades positiva resultat efter användandet av SEL-undervisning i nästan alla pedagogiska metoder (Kimber, 2013, s. 728 – 729). Det framkom även att barns psykiska hälsa hade förbättrats efter att sociala och emotionella färdigheter hade lärts ut. Kimber (s. 728) kunde även i forskningen synliggöra positiva effekter av SEL-undervisningen, kopplat till barns lärande. Det synliggjordes till exempel förbättringar av barns problemlösningsförmåga när lärare hade använt sig av en SEL metod. Barnen övade frekvent på problemlösning och fick samtidigt inflytande genom att själva föreslå lösningar.

Likt de föregående studierna angående olika pedagogiska program, lyfter forskarna Petersen och Romqvist (2020) fram undervisningens betydelse, med fokus på insatser för att främja psykisk hälsa och välbefinnande hos barn. Forskarna (2020, s. 834) undersöker skolans betydelse för förekomsten av psykiska problem hos barn.

Detta för att få en så bra bild som möjligt och för att kunna arbeta för att minska utvecklingen av detta. Forskarna (s. 835 – 836) använde sig av litteraturöversikt som metod och riktade in sig mot psykiska problem, såsom ångest eller depression. Forskarna (s. 836) fann olika experimentella insatser i litteraturen, där många av studierna synliggjorde effekterna av insatserna mot ångest eller depressiva symptom. Flera av studierna riktade sig från förskoleklass upp till gymnasiet. De insatserna som framkom av litteraturen i studien (s. 837) syftade till att främja barns psykiska hälsa och välbefinnande, samt motverka psykisk ohälsa. Studierna handlade överlag om att lära ut till barnen om vad psykisk hälsa innebär, samt hur pedagoger kan arbeta med att förebygga psykisk ohälsa.

Föregångna studier visar att pedagogiska insatser, såsom lekbaserade metoder, SEL-undervisning och hälsofrämjande aktiviteter i förskolan, främjar barns psykiska hälsa och välbefinnande. Resultaten visar också att hälsa och lärande är nära sammankopplade, eftersom de sociala och emotionella färdigheterna även främjar utveckling och lärande. För att ytterligare förstå betydelsen av tidiga insatser gällande psykisk ohälsa, undersöker Wolfgang (2013, s. 11) i sin avhandling sambandet mellan psykisk ohälsa och utveckling under tidig barndom, med särskilt fokus på traumatiska upplevelser och anknytningsproblem samt dess påverkan på barns framtida prestationer. Det framkommer i studien (s. 14) att traumatiska stressymtom hos ett barn kan vara aggression, tillbakadragande, gråt, mindre intresse samt känsloutbrott som stör pågående aktiviteter. De metoder som användes i studien var intervjuer och enkäter till vårdnadshavare samt lärarfrågeformulär (Wolfgang, 2013, s. 62 - 63). Resultatet i studien (s. 126) visar att det finns ett samband mellan traumatiska stressymtom, svåra anknytningsproblem och långsiktig utveckling av barns läs- och matematikprestationer från förskoleklass till femte klass. Studien visar att barn med höga traumatiska stressymtom och anknytningssvårigheter, utvecklar dessa färdigheter långsammare över tid. Forskaren påvisar även att effekten av det inte är linjär, utan kan kvarstå och fortsätta att påverka utvecklingen över tid.

3.3 Yrkesverksammas perspektiv inom barns psykiska hälsa och lärande

En studie av Eadie m.fl. (2023, s. 971 - 973) syftar till att synliggöra de yrkesverksammas perspektiv på viktiga forskningsprioriteringar, genom ett nätverk mellan forskarna och yrkesverksamma inom förskolan. Detta för att få fram pedagogernas kunskaper och erfarenheter, kopplat till vad de anser som viktiga forskningsprioriterade områden inom förskolesektor. Forskarna (2023, s. 973 - 974) använde sig av två olika anonyma enkäter. De tre områden i resultatet som visade sig vara högst rankade var: pedagogers välbefinnande och psykiska hälsa, barns välbefinnande och psykiska hälsa, samt professionellt lärande och utveckling (Eadie m.fl., 2023, s. 975).

Såsom Eadie's m.fl. (2023) betoning på professionellt lärande, visar en studie av Askell-Williams och Murray-Harvey (2013) hur utbildning och pedagogers kompetens konkret påverkar deras förmåga att främja barns psykiska hälsa. Forskarna (2013, s. 201 - 202) har i sin studie undersökt förskollärares perspektiv på hur deras utbildning har påverkat deras expertis, i arbetet med att främja barns psykiska hälsa. Forskarna (s. 205 - 206) använde sig av utvalda data från ett specifikt program vid namn *KidsMatter early childhood education*, tillsammans med enkäter gällande professionellt lärande, pedagogers självrapportering, samt genom intervjuer av pedagogerna. I den insamlade datan fann forskarna (s. 209) stora positiva effekter från Kidsmatter-programmet. Pedagogerna hade fått mer kunskaper om professionellt lärande och forskarna kunde synliggöra positiva attityder till arbetet mot främjandet av barns psykiska hälsa. Via intervjuerna framkom vikten av tidiga insatser för att förhindra psykisk ohälsa hos barn. Forskarna (s. 212) poängterar att innan KidsMatter-programmet påbörjades fanns inte denna medvetenhet, men att det nu skett en positiv utveckling inom pedagogernas kunskapsutveckling.

Vikten av tidiga insatser för att förhindra psykisk ohälsa hos barn, är något som även framkommer i studien av Stein och Russell (2021). För att tidigt införa insatser för små barns psykiska ohälsa, betonar forskarna (s. 845) att förskollärare behöver ha förmågan att identifiera barns psykiska hälsa. Deras studie syftar därför till att undersöka förskollärares perspektiv kring barns psykiska hälsa. Forskarna (s. 847) använde sig av fokusgruppsamtal som undersökte förskollärares förmåga att identifiera och arbeta med barn, kopplat till deras psykiska hälsa. Forskarna (s. 849, 850, 852) kunde utläsa fyra olika teman, vilka var; orsaker till psykiska problem (till exempel stress i hemmet), observerbara tecken för psykiska problem (till exempel svårigheter med självreglering och utagerande eller tillbakadragna barn), kunskap om stöd för psykisk hälsa (till exempel genom att pedagoger hjälper barnen att lära sig om psykisk hälsa och stöd i den emotionella utvecklingen) och det sista temat var hinder för stöd för psykisk hälsa (till exempel utbildningsmöjligheter för pedagoger eller kommunikationssvårigheter mellan pedagoger och familjer).

Såsom ovan beskrivna studier i denna kategori främst belyst förskollärares perspektiv, riktar sig Renblad och Brodin (2012) mot förskolechefers syn på kvalitén i förskolan och hur det påverkar barns välbefinnande. Syftet i deras studie (2012, s. 419) är att undersöka förskolechefers syn på läroplanen samt deras syn på förskolans kvalitét, i relation till barns välbefinnande. De använde sig av fokusgruppsintervjuer med fyra förskolechefer. Forskarna (s. 420 – 421) fann i resultatet av intervjuerna att förskolecheferna ansåg att förskolan har fått en högre position i och med den nya läroplanen. Tidigare pekade förskolan mer mot omsorg, men att den nya läroplanen har medfört att förskolan nu pekar mot pedagogisk verksamhet och lärande. I resultatet synliggjordes även att personalens förhållningssätt samt att den fysiska och psykiska miljön är avgörande för barns välbefinnande, vilket de menar har med förskolans kvalitét att göra. Vidare belyser förskolecheferna i studien hur förskolans kvalitet bland annat påverkas av tidsbrist i verksamheten, kommunikation mellan

yrkesverksamma samt dagens storlek på barngrupper (Renblad & Brodin, 2012, s. 422).

Till skillnad mot föregående studier, som belyst olika professioners perspektiv på hälsa och lärande, lyfter Meiers (2024, s. 1) studie vikten av utbildning riktad till förskollärare och lärare. Forskaren (s. 2) menar att barns trauman kan skapa neurobiologiska förändringar i deras hjärnor, då dessa förändringar kan påverka den kognitiva- och fysiska funktionen. Förändringarna i barns hjärnor kan därmed påverka deras utveckling negativt på grund av dessa trauman. Denna studie (s. 2) syftar till att öka kunskaperna för yrkesverksamma genom att använda sig av ett trauma informerat tillvägagångssätt, så att de ges rätt förutsättningar till att möta de behov som finns. Forskaren (s. 2) har använt sig av en systematisk litteraturöversikt. I litteraturöversikten fann forskaren (s. 1) ett samband mellan barns traumaupplevelser och nerobiologiska effekter, som påverkar barns utveckling negativt. Med hjälp av olika traumainformerade tillvägagångssätt, kan förskollärare stötta barnen för att motverka dessa negativa effekter som kan påverka barnen långt senare i livet. Förskollärare kan använda dessa strategier för att stötta barnen i deras kognitiva, sociala och emotionella utveckling (Meier, 2024, s. 6).

Tillsammans visar dessa studier att de yrkesverksamma – pedagoger och förskolechefer - har en central roll i att främja barns psykiska hälsa och välbefinnande. De belyser vikten av professionellt lärande och utbildning, pedagogernas kompetens samt förmågan att kunna identifiera psykisk ohälsa hos små barn, vilket är avgörande för att kunna införa tidiga insatser för barns psykiska hälsa och lärande.

4.0 Teoretiskt perspektiv

I detta kapitel redogörs för det *teoretiska perspektiv* som är relevant för denna studie, samt dess centrala begrepp.

4.1 Bronfenbrenners utvecklingsekologiska systemteori

Syftet med studien är att fördjupa förståelsen för förskollärares perspektiv på relationen mellan barns psykiska hälsa och deras lärande, samt hur dessa kan påverka utformningen av undervisning i förskolan. Det *teoretiska perspektiv* som ligger till grund för studien är Bronfenbrenners (1979) utvecklingsekologiska systemteori. Den utvecklingsekologiska teorin är relevant för vår studie då den handlar om relationen mellan individen och hens miljö (Bronfenbrenner, 1979, s. 13). Forskaren menar att barnet påverkas av krafter och processer inom flera nivåer av

både fysiska och sociala miljöer. Utifrån detta associerar forskaren (s. 3 - 4) till ryska dockor, där varje docka representerar olika nivåer.

Björck-Åkesson och Granlund (2020, s. 85 – 86) menar att detta perspektiv skapar en ram gällande små barns hälsa och välbefinnande. De beskriver hur barn står i centrum där olika system påverkar barnet indirekt eller direkt. I likhet med Bronfenbrenner (1979) använder de metaforen om de ryska dockorna, där barnet ses som den lilla dockan allra längst in, omgiven av flera andra lager av system som tillsammans formar och påverkar barnet. Forskarna (s. 86) belyser även vikten av barns relationer till de vuxna i förskolan, då de menar att dessa relationer kan bidra till barns utveckling och lärande. Vi anser därför att denna teori knyter an till vår studie på ett relevant sätt, eftersom den berör olika faktorer som påverkar barns psykiska hälsa och lärande.

4.2 Teoretiska begrepp

Enligt Von Tetzchner (2016, s. 52) består Bronfenbrenners (1979) systemteori av fyra hierarkiska nivåer som påverkar varandra. Den innersta nivån kallas för *mikronivå*. Därefter kommer *meso,* följt av de två yttersta nivåerna, *exo* och *makro*. Bronfenbrenner (1986) har även utvecklat sin teori genom ytterligare en nivå, vilken beskrivs som *krononiv*å.

<u>Mikronivå</u>

Den innersta nivån innehåller den utvecklande individen och symboliserar barnets direkta närmiljö. Det kan vara personer barnet möter i sin omgivning. Detta liknar Bronfenbrenner (1979, s. 3) vid den innersta dockan intill barnet. Denna nivå kallas därmed *mikronivån*, då forskaren (s. 7) beskriver att *mikrosystemet* avser de miljöer och personer som barnet har direkt kontakt med - såsom förskolan, hemmet och kamrater. I vår studie tänker vi att mikronivå är barnets närmiljö, så som förskola eller hem. Förskollärare är därför viktiga individer, eftersom barnet påverkas av oss som har direktkontakt med barnet.

<u>Mesonivå</u>

Mesosystemet bildas när olika *mikrosystem* påverkar varandra (Von Tetzchner, 2016, s. 52). Enligt Bronfenbrenner (1979, s. 209) skiljer sig *mesonivå* från *mikronivå,* då mikronivå medför att barnet påverkas inom samma miljö. Denna nivå innefattar i stället en påverkan på barnet över miljögränserna. Forskaren (s. 209 – 210) förklarar att *mesonivån* bildas genom minst två relationer från olika miljöer genom olika sammankopplingar. Detta kan till exempel vara utifrån då barnet går i förskola. Barnet länkas då samman med två olika miljöer, förskolan och hemmet (Bronfenbrenner, 1979, s. 209).

Exonivå

Enligt Bronfenbrenner (1979, s. 237) utgör *exosystemet* olika miljöer där barnet inte aktivt befinner sig, men ändå påverkas av vad som händer i miljön. Von Tetzchner (2016, s. 52) menar att det till exempel kan innebära vårdnadshavarnas arbetsplats. Barnet befinner sig inte på arbetsplatsen, men kan ändå bli påverkad ifall en vårdnadshavare till exempel inte har möjlighet att ta ut ledighet från sitt arbete. Det kan även innebära att barnet vistas längre tid på förskolan, på grund av vårdnadshavarens arbetstid.

Makronivå

Bronfenbrenner (1979, s. 258) belyser den yttersta nivån i det ekologiska systemet (*makronivå*), vilken är den övergripande strukturen som påverkar de andra nivåerna - *mikro*, *meso* och *exo*. Vidare skriver Von Tezchner (2016, s. 52) att *makro* sker på samhällsnivå då den innefattar lagar, värderingar och seder. Detta kan förstås som den yttersta ryska dockan, eftersom det inte sker någon direkt kontakt med barnet, men påverkar barnets liv på avstånd, till exempel genom samhälleliga, kulturella eller politiska strukturer (Bronfenbrenner, 1979, s. 4). Det innefattar rådande lagar och normer i samhället.

Krononiva

Bronfenbrenner (1986, s. 724) förklarar att forskningen på senare tid har fått ett annat synsätt gällande personens utveckling över tid. Forskaren menar att tiden nu har fått en mer framträdande roll, än vad den tidigare ansågs ha. Det kan bero på samhälleliga förändringar, samt individ- och miljöpåverkan. Forskaren lyfter vikten av det dynamiska sambandet mellan person och miljö. Bronfenbrenner (s. 724) menar också att livsövergångar som sker i en persons liv över tid, så som skilsmässa eller dödsfall inom familjen, medför utvecklingsförändringar för barnet.

5.0 Metod

Följande kapitel kommer att redogöra för *metoden* i den föreliggande studien. Först görs en redogörelse med rubriken metodval, vilken beskriver vad för typ av studie som gjorts. Under rubriken urval redogörs det för den typ av grupp vi valt ut för studien samt avgränsningar som gjorts. Under genomförande kommer tillvägagångssättet för studien. Därefter följer rubriken bearbetning av material och analysmetod där det beskrivs hur vi har bearbetat och analyserat datainsamlingen

från våra intervjuer. Under forskningsetiska aspekter diskuteras hur vi förhållit oss etiskt till forskningen och informanterna under studiens gång. Den sista rubriken presenterar studiens tillförlitlighet.

5.1 Metodval

Syftet med den föreliggande studien är att ta del av förskollärares perspektiv på relationen mellan barns hälsa och lärande. Vi valde därför att använda oss av en kvalitativ metod i form av intervjuer. Denscombe (2018, s. 23, 25) menar att forskaren i en kvalitativ studie har en mer närvarande roll i arbetet med insamlande av data, eftersom materialet då kan få en mer detaljrik effekt. Detta till skillnad mot en kvantitativ forskning, där forskaren förhåller sig mer objektiv och distanserad mot datainsamlingen. Denna studie omfattar en småskalig nivå och därför har vi valt att använda oss av en kvalitativ metod, då syftet med studien är att ta del av förskollärares perspektiv på relationen mellan barns hälsa och lärande. Vi har därför valt bort kvantitativa metoder som exempelvis enkäter, eftersom de syftar till mer storskaliga studier (Denscombe, 2018, s. 24).

Enligt Denscombe (s. 267) innebär en forskningsintervju data som förklarar vad människor säger att de gör, vad de anser och deras olika uppfattningar. Statistiska centralbyrån (2016, s. 70) framhåller även intervjuer, kopplat till känsliga frågor. Det kan variera i vad som uppfattas känsligt och av vem, eftersom intervjuaren inte vet detta innan. På grund av att vi inte känner respondenterna och att barns psykiska hälsa kan uppfattas vara ett känsligt ämne, har vi därför valt att använda oss av individuella semistrukturerade intervjuer, med medvetenhet om vårt agerande. Om vi i stället hade valt att genomföra fokusgruppsintervjuer, skulle det kunnat medföra att respondenterna haft svårare att öppna upp sig, eftersom de inte kände varandra sedan tidigare. Detta eftersom fokusgruppsintervjuer kräver tillit till andra gruppmedlemmar (Denscombe, 2018, s. 273). Forskaren (s. 269) menar att de semistrukturerade intervjuerna är utformade genom olika detaljerade frågor, men att det även finns utrymme för respondenterna att specificera sina svar ytterligare. Denna intervjuform ger oss möjlighet att utveckla intervjuerna under processens gång, beroende på svaren som framkommit från respondenterna. I denna studie har vi valt att använda oss av ljudupptagning när vi spelar in våra intervjuer. Denscombe (s. 284 - 285) lyfter att ljudupptagningar har den fördelen, att inspelningen fångar upp allt som sägs under intervjuns gång. Forskaren menar också att en ljudupptagning inte stör respondenten lika mycket mot vad en videoinspelning gör.

5.2 Urval

Denscombe (2018, s. 58 - 59) beskriver ett icke-sannolikhetsurval som att forskaren kan påverka urvalet av respondenterna till viss mån. I småskaliga studier används ofta explorativa urval, eftersom forskaren då kan få fatt i människors erfarenheter

utifrån deras expertis. I förekommande studie genomfördes åtta intervjuer av förskollärare från olika förskolor. Vi utgick därmed från ett icke-sannolikhetsurval, då det är ett sätt att åstadkomma ett explorativt urval. Vi påverkade urvalet till den mån att endast utbildade förskollärare skulle delta, men sökområdet breddades genom att rektorer kontaktades från olika förskoleområden i en mellanstor stad. Vi kontaktade även rektorer som har ansvaret över fristående förskolor i samma stad. På detta sätt kunde vi nå ut till en större population, där alla respondenter hade en förskollärarutbildning eller likvärdig utbildning. Respondenterna hade även olika lång erfarenhet, från 6 år till 34 års erfarenhet.

5.3 Genomförande

Efter godkännande av missivbrev (se bilaga 1) kontaktade vi rektorer via mejl, vilka i sin tur skickade ut vår förfrågan till sina förskollärare. Förfrågan innehöll missivbrevet med studiens syfte samt etiska riktlinjer. För att fånga upp deras intresse, tog vi någon dag därefter kontakt igen via telefon. Vartefter vi fick ett godkännande, tog vi eller förskolläraren kontakt för att boka in tid, plats och datum för intervju. Vi skickade även intervjufrågorna till respondenterna. Dock hann en av respondenterna inte få frågorna på grund av tidsbrist. Vi genomförde alla våra åtta intervjuer tillsammans ute på de olika förskolorna. Inför varje intervjutillfälle tillfrågades ett godkännande till förskollärarna om ljudupptagning, detta för att underlätta efterarbetet med att transkribera intervjuerna. Den ena av oss ställde frågorna till respondenten och den andra skötte ljudupptagning, samt antecknade. Vi valde att göra på detta sätt, att både använda oss av ljudupptagning och att anteckna, eftersom Denscombe (2018, s. 285) beskriver en nackdel i användandet av ljudupptagning. Forskaren menar att en ljudupptagning endast fångar det talade språket, men att upptagningen missar det icke-verbala. Genom att vi både använde oss av ljudupptagning och anteckningar medförde det att vi både fångade upp respondenternas verbala- som icke-verbala språk. Detta möjliggjorde att vi kunde kombinera ljudupptagning samt våra anteckningar från respondenternas svar, när vi skulle transkribera allt material.

5.4 Bearbetning av material och analysmetod

I en kvalitativ forskning är *tematisk analys* en central metod för att identifiera mönster som framkommer i studien (Denscombe, 2018, s. 212). Forskaren menar att den här sortens analysmetod har till uppgift att fokusera på själva innehållet i den data som framkommer. Av den anledningen valde vi att använda oss av den analysmetoden. Efter varje intervju hjälptes vi åt att transkribera allt material i närtid, för att inte glömma bort detaljerad information som kan vara av intresse. Vi lyssnade igenom ljudupptagningarna samt läste våra nedskrivna anteckningar flertalet gånger. När allt material hade transkriberats skapade vi ett nytt dokument där vi i slutändan sammanförde alla informanters svar under varje fråga vi ställt. Vi

läste igenom materialet många gånger, samtidigt som vi ventilerade eventuella resultat med varandra. Detta valde vi att göra för att lättare kunna urskilja skillnader och likheter i sin helhet, till exempel när vi såg begreppen *trygghet* och *relationsskapande*, vilket gav oss starka indikationer på ett möjligt mönster. Vår insamlade data resulterade i 54 Wordsidor som vi analyserade tillsammans. Vi valde att rödmarkera den data som var av intresse för att skapa kvalitet av materialet. Vi sållade på detta sätt bort ord som inte var relevanta. Vi sållade även bort data som avslöjade platser eller namn på pedagoger på grund av integritetsskäl. All data som var av intresse förflyttades sedan till det nyskapade dokumentet där alla respondenters svar sammanställdes.

5.5 Forskningsetiska aspekter

I denna studie har vi förhållit oss till de fyra forskningsetiska principerna (Eldén, 2020, s. 30 - 31), dessa är; *informationskravet*, *samtyckeskravet*, *konfidentialitetskravet* och *nyttjandekravet*. Via missivbrevet informerades respondenterna om syftet med vår studie samt om deras villkor under processens gång. Vi informerade respondenterna om deras rättigheter angående sin medverkan vid intervjuerna, att det är de själva som bestämmer i vilken utsträckning de vill delta samt att de har rätt till att avbryta sin medverkan när som helst. I beaktandet av etiskt känsliga uppgifter har inga identifierbara namn eller förskolor nämnts. Vår insamlade data kommer enbart att användas för oss studenter och vår handledare, samt för syftet av vår studie, vilket även framkommer i missivbrevet.

Eldén (2020, s. 102 - 103) hänvisar till sociologen Jennifer Mason (2018, s. 92 - 93), som tydliggör hur etiska dilemman vid intervjuer kan se ut. Då vi är medvetna om att barns psykiska hälsa kan uppfattas som ett känsligt ämne, tydliggjorde vi för respondenterna innan intervjuerna startade, att hålla sig på en generell nivå och inte gå in för mycket på detaljer för att röja i identiteter. Efter intervjuerna, när vi skulle bearbeta vår insamlade empiri, valde vi att avstå från sådan typ av data som skulle kunna identifiera någon. Detta för att ta hänsyn till andras integritet (Eldén, 2020, s. 102).

5.6 Tillförlitlighet

I vår studie har vi använt oss av begreppsvaliditet (Denscombe, 2018, s. 386 - 387). Det innebär att relevansen för denna studie styrks genom tidigare forskning. I den data vi funnit pekar dessa studier på att barns psykiska ohälsa ökar, vilket gör detta till ett samhällsproblem. De flesta tidigare studier har behandlat barn i de övre åldrarna, men det har varit svårare att finna forskning kring de lägre åldrarna. Detta är något vi ser som en kunskapslucka och skapar relevans för vår studie. Enligt Denscombe (2018, s. 420) är forskning av kvalitativ karaktär svår att synliggöra hur träffsäker den uppfunna datan är. Det är därför svårt att argumentera för

tillförlitligheten, eftersom det inte finns någon exakt mätbar metod från kvalitativa studier. Forskaren menar dock att den som genomför studien kan öka tillförlitligheten genom att förhålla sig transparent vid genomförandet av sin studie. Vi har därför valt att förklara hur vi genomfört studien på ett noggrant sätt, för att förhålla oss transparenta och därmed öka tillförlitligheten. Detta skapar då en rimlig sannolikhet i vår studie (Denscombe, 2018, s 420).

6.0 Resultat

I detta kapitel redovisas studiens *resultat*, som kommer att presenteras i egna rubriker genom fyra olika teman. Första rubriken är hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos barn i förskolan, här kommer förskollärarnas tankar om vilka tecken som kan synliggöra barns hälsotillstånd med två underrubriker. Nästkommande rubrik är förskollärares tolkning av hur hälsa och lärande samverkar med varandra, med två underrubriker. Här betonas vikten av barns trygghet samt hur den fysiska hälsan påverkar den psykiska hälsan och lärandet. Den tredje rubriken är förskollärares roll i relation till barns hälsa och lärande, med tre underrubriker. Här poängterar förskollärarna vikten av att lära känna barnet, vara närvarande samt förskollärares barnsyn och bemötande. Sista rubriken är tidiga insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja lärandet hos barn, här presenteras olika strategier, olika typer av samverkansformer, samt vikten av tidiga insatser. Detta avsnitt kommer att avslutas med en resultatsammanfattning där vi sammanställer studiens resultat.

6.1 Hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos barn i förskolan

I följande avsnitt presenteras förskollärarnas beskrivningar av de tecken som kan synliggöra om ett barn mår psykiskt bra, samt synliggörandet av tecken om barnet mår psykiskt dåligt. Detta presenteras ur två underrubriker, psykisk hälsa hos barn och psykisk ohälsa hos barn.

6.1.1 Psykisk hälsa hos barn

Resultatet visar på att majoriteten av förskollärarna tolkar ett barn som mår psykiskt bra genom att barnet tar för sig, samt att barnet signalerar en trygghet och självsäkerhet utåt. Några förskollärare nämner nyfikenhet och utforskande samt att barnen vågar interagera. Det framkommer även svar som barn med en god självbild och självförtroende. En förskollärare nämner att den psykiska hälsan kan urskiljas i barnets pågående utveckling.

> Oftast om man mår bra så ser man ju att man tar för sig. Man vågar, man ser en utveckling som börjar komma. Man ser någonting varje dag för man är ju ganska nära varje barn. Jag tycker det syns ganska tydligt om barn må bra. (F6)

Vidare beskriver flera av förskollärarna att när barnet visar tecken på att den mår bra är det lättare att nå fram till barnet då det ges någon form av positiv respons. De menar att det synliggörs en vilja, en drivkraft i relation till miljön och omgivningen. Några av förskollärarna förklarar att man känner när barnen mår psykiskt bra, såsom en ömsesidig interaktion, att barnet kan ta in och tolka information och att barnet utstrålar någon slags glädje och nyfikenhet.

6.1.2 Psykisk ohälsa hos barn

Tecken på psykisk ohälsa synliggörs i resultatet av barns avvikande eller förändrade beteende. Några av förskollärarna menar på att ett tydligt tecken på att ett barn mår dåligt är när beteendet är något utöver det vanliga, såsom när barnet reagerar annorlunda mot hur den brukar. Flera av förskollärarna nämner att barn upplevs stressade i förskolan på sättet att de har problem med att varva ner samt att de är rädda för att ha tråkigt. Förskollärarna menar att det i barnets livsvärld ska ske något hela tiden. Flera av förskollärarna betonar det problematiska med stress ur synvinkeln att barns utveckling är tidskrävande. Det berörs även en skillnad över tid gällande stress och dess inverkan på barns hjärnor.

> [...] stressen påverkar väldigt negativt både på deras mående och deras möjligheter att utvecklas [...] delarna i hjärnan som behöver utvecklas, de är så vana vid att allting ska gå så fort [...] skillnad nu för tiden på barnen, jämfört med hur det har varit genom åren. Det var ett annat lugn förut och barnen och deras hjärnor behöver ju verkligen få tid på sig [...] att prova och tänka, få reflektera. Många barn idag har också väldigt svårt för känsloreglering [...] Det har blivit värre än vad det var förr. (F5)

För övrigt nämner några av förskollärarna andra tecken som kan tyda på att ett barn inte mår bra, såsom tillbakadragen, viljan av närhet, reaktivt barn, svårt för känsloreglering, samt barn som inte har behovet av att interagera med andra. Oro, ilska och ängslan är också tecken som anges vid intervjuerna samt att barnet vid psykisk ohälsa har en helt annan energi än normalt.

> Vi hade ett barn som hade varit med om ett trauma där vårdnadshavare varit väldigt sjuk. Vi fick gå tillbaka till som när man skolades in. Vi fick backa bandet, sitta i famn mycket. Vi fick backa våra aktiviteter också [...] Nu har vi jobbat in och gått tillbaka och nu tycker hen att det är roligt med grupper igen [...] hen kunde inte ta till sitt lärande för det var för mycket annat. (F2)

En förskollärare betonar att det ligger i luften hur ett barn mår när den mår dåligt, att det märks tydligt när beteendet förändras, till exempel genom sökandet av konflikter, eller att barnet är mer dyster än vanligt. Sådana aspekter märks av i rummet, vilket visar vikten på att pedagoger bör vara närvarande och lyhörda för att kunna ge stöd i

detta. Samtidigt beskriver flera av förskollärarna att barn som visar tecken av psykisk ohälsa är svårare att nå jämfört med de barn som visar tecken på att de mår psykiskt bra.

6.2 Förskollärares tolkningar av hur hälsa och lärande samverkar med varandra

Detta avsnitt kommer att presentera förskollärarnas tolkningar av hur barns lärande påverkas av deras hälsa, samt trygghetens inverkan på barnet. Det kommer även att presenteras olika innebörder av begreppen hälsa och lärande. Vi kommer att presentera detta genom två underrubriker, vilka är; Trygghet hos barn samt Fysisk aktivitet, hälsa och lärande.

6.2.1 Trygghet hos barn

Det mest framträdande i förskollärarnas tolkningar kring hur hälsa och lärande samverkar med varandra var begreppet trygghet. Samtliga förskollärare lyfter vikten av trygghet för barn, samt att flera av dem nämner att lärande inte kan ske hos barn som känner sig otrygga. En förskollärare lyfter in förskolan som en arena för trygghet. "Det viktigaste såklart är ju att man är trygg och att man får det sociala [...] förskolan ska ju vara en trygg plats där barn känner att "här vill jag vara" (F6).

Vidare beskriver förskollärarna begreppet trygghet som att det är grunden i all form av lärande. De menar att tryggheten är avgörande om barnet ska kunna ta in ny kunskap. Flera av förskollärarna förklarar att trygghet stärker barnets självkänsla och bidrar till att känna tillhörighet, vilket är betydelsefullt för att barnet ska kunna tolka och ta in ny kunskap. "Om man mår psykiskt dåligt som barn och även som vuxen då har man svårt att känna sig trygg och svårt att ta in kunskap. Trygghet är A och O för att kunna ta in någon undervisning överhuvudtaget" (F3).

Samtliga av förskollärarna menar på att barn som saknar trygghet kan visa signaler av oro, stress, ängslan och ilska, vilket är bidragande faktorer till att ett barn riskerar att må dåligt psykiskt. På grund av detta anser förskollärarna att de vuxna har ett ansvar på att skapa trygga relationer med barnen och att det börjar direkt vid inskolning.

6.2.2 Fysisk aktivitet, hälsa och lärande

Samtliga förskollärare uttrycker ur olika synvinklar att en god hälsa har betydelse för lärandet. Flera av dem betonar den fysiska hälsans inverkan på den psykiska hälsan, vilket har en direkt inverkan på deras mottaglighet av lärande. "Om vi inte mår bra kan vi inte lära oss. Om barnet är stressad och bara vill hem spelar det ingen roll hur fin undervisningen är, för barnet är inte mottaglig där och då" (F1).

Vidare betonar förskolläraren att arbetet med att förstå sina kroppsliga signaler, såsom mättnad eller hunger, med hjälp av olika verktyg, såsom en bok om detta område, bidrar till främjandet att förstå emotionella känslor. Detta menar förskolläraren bidrar till att barnet sedan kan sätta ord på sina känslor. Resultatet belyser även hur arbetet med kroppsuppfattningar, samt tillvaratagandet av miljön kan relateras till ett hälsofrämjande perspektiv då det betonas faktorer som kost, sömn och trygga hemmamiljöer. Miljön betonas dock ur en annan synvinkel då några av förskollärarna menar på att den kan bidra till negativa effekter gällande barns hälsa och lärande.

> Den fysiska miljön med höga ljudnivåer [...] är en stor del i barnets mående. Är det högljutt och bråkigt och intensivt hela dagarna så är det klart att det påverkar att barnen blir tröttare. De kanske inte orkar med de lärande momenten som vi har under dagen. (F5)

6.3 Förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande

Vi kommer under detta avsnitt att redogöra för förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande. Vikten av relationsskapande kommer att beröras, betydelsen av förskollärarens närvarande roll samt förhållningssätt. Detta för att förhindra psykisk ohälsa hos barn och gynna deras utveckling och lärande.

6.3.1 Relationsskapande

Det mest framkommande i resultatet är vikten av relationsskapande. Samtliga förskollärare uttrycker vikten av att inneha en relation med barnet och majoriteten av förskollärarna uttrycker även att en relation är avgörande för att lärande ska kunna ske. Flera av förskollärarna betonar att relationskapandet också kan ses som en strategi, till exempel vid jobbiga eller känslomässiga samtal med barnets föräldrar. De menar på att om det har byggts upp en relation, underlättar det att gå in på känslomässiga eller svårare ämnen, vilket är för barnets bästa då det ger en större bild av barnet och situationen. Vidare nämner några av förskollärarna att relationsskapande även innefattar ett positivt bemötande, med en vilja av att lära sig barnets livsvärld, dennes tankar och intressen för att skapa en gemenskap. “Om man inte har en god relation med barnet då kommer ju inte barnet att öppna upp sig [...] Det handlar om goda relationer och att lära känna barnen, det absolut viktigaste” (F3).

Vidare beskriver förskollärarna att arbetet med relationsskapande har med barnets bästa att göra ur synvinkeln att det är när det först finns en relation till barnet, som det går att se barnets hälsoavvikelser. Flera av förskollärarna menar på att relationsskapandet bidrar till att lära sig känna igen barnets olika signaler, såsom när barnet är trött, hungrig, glad, arg, ledsen, rädd och så vidare, vilket underlättar undervisningen genom att man får bättre förutsättningar att anpassa utifrån barnens

olika behov. “Vad är det som avviker? Man märker när man lär känna barnet och man har en relation med barnet. Då märker man väldigt snabbt om det avviker “(F2).

Genom att fokusera på relationer med både barn och vårdnadshavare, menar förskollärarna på att det främjar barns psykiska hälsa och lärande. Detta eftersom det underlättar för barns utveckling när barnet känner att den är en del av en gemenskap.

6.3.2 Att vara närvarande

I resultatet synliggörs pedagogers viktiga arbete, i form av att vara nära, se och höra barnen. Flera av förskollärarna uttrycker att pedagoger behöver vara i barnens närvaro, för att på detta sätt upptäcka och få en syn av vad som händer runt barnet.

> Jag tror inte att man förstår hur mycket det börjar här hos oss. Det gör det, det börjar här på förskolan och kraven i skolan ökar [...] Du som pedagog behöver vara närvarande och lyssna på barnet – vad säger barnet? Måste vara där för att upptäcka barnets signaler. (F2)

Majoriteten av förskollärarna betonar medvetenheten vid närvaron av barnets värld, ur barnets utveckling och lärande. En förskollärare förklarar att begreppet närvarande inte betyder att barnet behöver sitta alldeles intill, särskilt inte mot sin vilja. “Barnet vill inte sitta med oss i samlingen [...] i stället för att tillrättavisa och tvinga, låter jag hen stå vid bokhyllan med Nasse. Så länge jag har ett medvetet öga och bekräftar med att “jag såg dig med Nasse” (F4).

En annan förskollärare poängterar på liknande sätt att det inte spelar någon roll hur fin eller inbjudande miljön är. Det är pedagogens medvetna närvaro som är avgörande för att det ska kunna bli lärorikt. Flera av förskollärarna beskriver att pedagoger måste vara där barnen är, med fokus på att se och lyssna samt att gå in i sig själv och reflektera över situation till situation, rum för rum. En förskollärare lyfter kvalitetens brännpunkt som hon menar handlar om att titta på sig själv - att vara självkritisk. Förskolläraren beskriver att det är först när man är självkritisk mot sig själv som kvaliteten kan upprätthållas, hur förskollärare agerar och befinner sig i rummet. Hon poängterar förskollärares avgörande position för att förskolan ska inneha kvalitet - nära barnen.

6.3.3 Förskollärares förhållningssätt

Majoriteten av förskollärarna betonar förhållningssättet hos pedagoger i förskolan. De beskriver att det krävs en gemensam barnsyn och att barnen behöver mötas med förståelse och empati, samt få känna att de är en tillgång för gruppen. “Vilken barnsyn har vi? Tillgång i gruppen eller jobbig? [...] Vi vuxna behöver titta på oss själva, inte lägga ansvaret på barnet. [...] Vi ska vägleda barnet och göra den sedd, då höjs känslan av meningsfullhet” (F1).

En förskollärare beskriver även hur de vuxna runt barnet dels behöver vara en förebild genom att modellera hur de bör göra, dels behöver visa barnen på att alla kan göra fel, även vuxna. Genom ett tillåtande klimat, flexibilitet och ett förhållningssätt som uppmuntrar och stöttar barnen, menar flera förskollärare att barnens utveckling påverkas positivt. Samtliga av förskollärarna menar på att förhållningssättet är av vikt då det påverkar barnen.

6.4 Insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja utveckling och lärande hos barn

Olika insatser lyfts fram i detta avsnitt, som enligt förskollärarna anses kunna främja varje barns utveckling och lärande, samt förebygga psykisk ohälsa. Barngrupper, reflektionstid, samt miljöns inverkan, samverkansformer och upptäckande av psykisk ohälsa, kommer att redogöras i tre underrubriker.

6.4.1 Strategier för att förebygga psykisk ohälsa och främja utveckling och lärande hos barn

I resultatet synliggörs en samstämmighet i förskollärarnas beskrivningar gällande en strategi för att förebygga psykisk ohälsa hos barn och för att främja deras lärande. Detta innebär att se över och minska barngrupperna som finns i dagens förskolor. Samtliga förskollärare beskriver det problematiska med stora barngrupper, både ur ett hälso- och lärandeperspektiv.

> Dra ner på barngrupperna. Det går emot forskning hur vi bygger förskolor, hur vi anställer och hur vi sätter ihop grupperingar. Skolverket kan till exempel inte bara göra rekommendationer i gruppstorlekar. Jag menar, hästar får inte stå tillsammans i grupp, men barn ska vi slänga in. [...] Vi har jättefina styrdokument men det är ju förutsättningarna vi behöver. (F6)

En förskollärare vidareutvecklar sitt resonemang om de stora barngrupperna som råder, genom att lyfta vad man som pedagog på förskolan kan påverka. Hon poängterar att barngruppsantalet ligger på en politisk nivå och därmed inte kan påverkas av förskollärare som arbetar på förskolan. Hon menar att gruppstorlekarna behöver förändras på ett politiskt plan innan det kan förändras på förskole-nivå. Dock är hon tydlig i sina svar gällande att använda gruppindelning som en strategi, för att kunna tillgodose alla barns behov. Ytterligare en förskollärare instämmer gällande hur pedagoger rent organisatoriskt bör dela upp sig för att få färre barn i grupperna. Förskolläraren uttrycker att det inte hjälper med att tillföra ytterligare en pedagog, utan snarare får motsatt effekt. “Det är för många barn, det är lika många barn på samma yta. Hellre färre barn med samma antal vuxna för att minska på ljudnivåer och stress” (F7).

Några av förskollärarna lyfter fram reflektionstiden som arbetslaget har kontinuerligt, som ett bra tillfälle att reflektera igenom de olika barnen. De menar på att dessa tillfällen ger en större helhetsbild kring barnet eftersom pedagoger kan se olika saker. Någonting som också framkommer från flera av förskollärarna är att arbetslaget behöver ha en samsyn för att lättare kunna stötta barnen. En förskollärare menar att det blir problematiskt om arbetslaget tycker väldigt olika. Hon menar också på att detta kan förvirra barnen.

> [...] Regelbundna samtal i våra arbetslagsreflektioner. Att vi pratar igenom alla barn för vi ser ju också olika saker och barnen kanske agerar och reagerar olika beroende på vilken vuxen de är med. Det är viktigt att vi sitter tillsammans och får en helhetsbild av barnen. (F5)

Det är även några förskollärare som lyfter miljöns påverkan, i relation till hälsofrämjande insatser. De menar att miljön på förskolan spelar en viktig roll i arbetet med barns hälsa och lärande, både den fysiska- och den psykosociala miljön. Flera förskollärare lyfter även miljöns påverkan, utifrån ett stressperspektiv. En av förskollärarna poängterar att om miljön ger ett stressat intryck via till exempel för mycket föremål, syns det ganska snabbt hur barnen påverkas negativt genom att de själva upplevs stressade.

> Det kan vara alldeles för mycket intryck. Mycket färg och mycket material i miljön. Sådana saker kan göra att barnet blir stressat och kanske har svårt för att ta beslut, "vad ska jag göra, jag vet inte, och blir alldeles snurrig". Lite stressigt, orolig och ängslig. (F4)

Vidare betonar flera av förskollärarna hur förskolan behöver "intryckssanera", genom att inte tillföra för många föremål i verksamheten eller för många saker uppsatta på väggarna, samt förebygga höga ljudnivåer, eftersom det kan orsaka stress.

6.4.2 Samverkan

Förskollärarna lyfter fram samverkan som en viktig del av arbetet i förskolan. En av de samverkansformer som nämns av samtliga förskollärare är samverkan med vårdnadshavare. Flera av förskollärarna lägger betoning på relation, trygghet och kommunikation i denna samverkansform.

> [...] Har du en relation med vårdnadshavarna så kan man också fråga "hur har ni det hemma?" Den frågan ska inte vara så himla laddad. Vårdnadshavaren kanske säger "ja det är jättejobbigt", men du måste ju ha en relation med vårdnadshavaren för att kunna ställa en sådan fråga. [...] Det börjar med vårdnadshavaren sen kommer barnen på köpet för barnen vinner du jättelätt bara du är glad, närvarande och vill dem väl, då har du dem. (F2)

Andra samverkansformer flera förskollärare nämner är samverkan med specialpedagog, samverkan med BVC-sköterska, socialtjänsten samt det kollegiala

lärandet. Förskollärarna förklarar hur dessa olika professioner kan bistå med sina kunskaper vid behov.

6.4.3 Vikten av tidiga insatser

I resultatet framkommer hur viktigt det är att i tid införa insatser för att på sikt mildra psykiska problem, samt för att barnets utveckling inte ska hämmas. Flera av förskollärarna betonar ett behov av mer kompetenshöjande insatser, samt att få tillgång till de resurser som krävs för att kunna stötta varje enskilt barn. En av förskollärarna beskriver en utbildning angående barntrauman, vilken kan vara till stor hjälp i arbetet med att främja barns utveckling av både hälsa och lärande.

> Jag har gått en utbildning om traumabehandling hos små barn [...] fått lära oss hur otrolig egentligen våra hjärnor är för dom stänger ner. Barnen utvecklas inte om de är med om ett trauma. Utvecklingen avstannar och barnen kan inte ta till sig ett lärande innan man har bearbetat vad som har hänt. (F2)

Vidare framkommer vikten av att vara uppmärksam för att kunna sätta in insatser i så tidigt skede som möjligt. Samtliga av förskollärarna menar på att inte vänta, utan att agera skyndsamt för barnets bästa. För att möjliggöra tidiga insatser poängterar flera av förskollärarna vikten av att pedagoger i förskolan ges tid till att hinna kommunicera med varandra. En av dem uttrycker att det är just tiden som är det svåra. Hon nämner att om tiden fanns skulle de ha större förutsättningar till att hjälpa barn som egentligen har mer behov av det, än vad som tidsmässigt finns. Hon berör begrepp som det kollegiala lärandet och reflektion i arbetslaget, eftersom pedagogerna får syn på olika saker. Dessa saker nämner hon kan vara viktiga aspekter som kan synliggöra barns psykiska ohälsa.

> [...] Det kan vara ett barn som har mått hur bra som helst i tre år och sen händer det saker hemma som man inte vet om, till exempel skilsmässa och så börjar barnet att må jättedåligt. Ju tidigare man upptäcker det, ju lättare är det att hjälpa barnet. (F3)

Majoriteten av förskollärarna lyfter att det är avgörande att pedagoger tillägnas de kunskaper som krävs för att förebygga psykisk ohälsa och främja lärandet. Några av förskollärarna betonar ett framåtsyftande arbete, med kompetenshöjande resurser för att få de bästa förutsättningarna, såsom fortbildningar. Det är även flera av förskollärarna som lyfter ledningens viktiga funktion i att skapa dessa förutsättningar till pedagogerna på förskolan.

6.5 Resultatsammanfattning

De tecken som framkommer i resultatet om ett barn mår bra är självsäkerhet, nyfikenhet, tar för sig och signalerar trygghet samt att våga interagera. Vidare förklarar förskollärarna hur den psykiska ohälsan kan synliggöras genom avvikande beteende, ilska, oro, stress, ängslan, tillbakadragande, reaktivt barn samt brist på

känsloreglering. Resultatet visar enligt förskollärarna att barns hälsotillstånd är avgörande för att kunna ta in ny kunskap. Flera av förskollärarna betonar att det krävs att barnet är mottaglig för detta. Det framkommer på så vis att hälsa och lärande är nära sammankopplade där både den psykiska och fysiska hälsan är sammanlänkade. Bidragande faktorer som skulle kunna leda till psykisk ohälsa är bland annat gruppstorlekar i förskolan, bristande barnsyn samt ett oetiskt förhållningssätt hos pedagoger. Även bristande resurstillgångar samt brist i samverkan är något förskollärarna nämner som riskfaktorer för psykisk ohälsa. Vidare visar resultatet på att dessa riskfaktorer bidrar till att hämma barns lärande och utveckling. Förskollärarna belyser tidiga insatsers viktiga inverkan på barns hälsa och lärande. De redogör för betydande resurser för att stötta barns välbefinnande, såsom samverkan med vårdnadshavare och andra professioner samt det kollegiala lärandet. Viktiga begrepp som kontinuerligt återkommer hos förskollärarna är *trygghet*, *relationsskapande*, *närvarande pedagoger*, *tidiga insatser*, *gruppstorlekar*, *stress*, *samverkan* och *förhållningssätt hos pedagoger*. Samtliga förskollärare beskriver att grunden för allt lärande är *trygghet* och *relationsskapande*.

7.0 Analys av resultat

Under detta kapitel *analyseras* resultatet utifrån samtliga nivåer i Bronfenbrenners (1979) utvecklingsekologiska systemteori, i tre underrubriker. Den första underrubriken är Förskollärares tolkningar av hur hälsa och lärande samverkar med varandra, samt hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos barn i förskolan. Den andra underrubriken är Förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande. Den sista underrubriken är insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja lärande hos barn. I analysen är vissa nivåer i vår valda teori mer framträdande än andra.

7.1 Förskollärares tolkningar av hur hälsa och lärande samverkar, samt hur psykisk hälsa kontra psykisk ohälsa kan visa sig hos förskolebarn

I resultatet framkommer trygghet som en central del i förskollärarnas tolkningar av hur lärandet och hälsan samverkar med varandra. De menar på att tryggheten är själva grunden för att kunna ta till sig nya kunskaper. Vidare visar resultatet att ett barn som signalerar trygghet, kan vara ett tecken på att det barnet mår bra. Tryggheten kan gestalta sig genom att barnet tar för sig och vågar interagera med andra. Ur utvecklingsekologiskt perspektiv kan förskollärarnas tolkningar kopplas till en Mikronivå (Bronfenbrenner, 1979, s. 3). Eftersom forskaren menar att denna nivå handlar om den utvecklande individen, kan förskollärarnas utsagor om barnets trygghet relateras till denna nivå. Vidare skriver forskaren (s. 3) att mikronivån

handlar om de händelser som sker inom en given miljö. Detta kan därmed relateras till en miljö där barnet befinner sig, då det är där det kan synliggöras om barnet känner sig trygg och vågar interagera med andra, till exempel på förskolan.

Ett begrepp som framkommer markant i resultatet är stress. Begreppet kopplas till ett tidsperspektiv, eftersom barn anses vara mer stressade idag jämfört med förr. Detta tolkar vi som att det även beskrivs ur ett neurobiologiskt perspektiv, genom att barns hjärnor behöver få tid till att utvecklas. Ur förskollärarnas utsagor tolkar vi det som att det blir problematiskt i och med dagens stress, eftersom barns hjärnor då inte får den tid de behöver. Barns möjligheter till att utvecklas påverkas därmed negativt. Detta tidsperspektiv kan därför relateras till Bronfenbrenners (1986, s. 724) Krononiva, då nivån behandlar förändringar som sker över tid. Resultatet pekar mot att barn idag lever i ett mer stressat samhälle än tidigare, vilket påverkar deras utveckling negativt. Det innebär att förändringar i samhället över tid kan ha en inverkan på barns lärande och psykiska hälsa. Detta visar på att den även kan kopplas till Makronivån, eftersom det innefattar politiska och kulturella samhällsstrukturer, såsom lagar och värderingar (Bronfenbrenner, 1979, s. 3; Von Tetzchner, 2005, s. 52).

7.2 Förskollärares roll, i relation till barns hälsa och lärande

Resultatet visar att precis som vid trygghetens avgörande faktor för hälsa och lärande, har relationsskapande en liknande inverkan. Relationsskapande benämns som den mest grundläggande förutsättningen för att lärande ska kunna ske, samt för att barn ska få en god hälsa. Därmed beskrivs att relationsskapande är av vikt för att barnen ska kunna må bra och tillägna sig nya kunskaper. Detta kan därför tolkas som att förskollärarnas utsagor berör Bronfenbrenners (1979, s. 3) Mikronivå. Detta relationsskapande kopplas till barnet själv och de relationer barnet utvecklar i olika direkta miljöer den befinner sig i. Dessa relationer ses även ur ett tidsperspektiv, vilket gör att vi också kan relatera detta till Bronfenbrenners (1986, s. 724) Krononiva. Denna nivå behandlar relationerna till barnen, utifrån en tidsaspekt, eftersom barnen frekvent vistas i förskolan under en längre tid. Vi kan också relatera detta till Bronfenbrenners (1979, s. 210) Mesonivå, där barnet uppfattas som en primär länk mellan hemmet och förskolan. Detta eftersom resultatet visar på att förskollärarna innehar en relation med barnet och vårdnadshavarna. Forskaren menar att barnet ses som den primära länken, eftersom denne sammankopplar olika mikrosystem i deras samverkan mellan varandra, till exempel genom förskolan och hemmet.

7.3 Insatser för att förebygga psykisk ohälsa och främja lärande hos barn

Resultatet visar markant på de stora barngruppernas negativa inverkan på barns lärande och utveckling. Aspekter som att pedagogerna inte hinner med att se alla barn nämns, samt att barns hälsa försummas. Vi förstår det som att förskollärarna menar att de inte hinner med att se om något barn mår dåligt på grund av det stora antal barn som förekommer. Utifrån Bronfenbrenners (1979) utvecklingsekologiska systemteori kan detta dilemma förstås ur flera nivåer. Dilemmat märks mest på Mikronivå (s. 79), eftersom barnen påverkas av detta i sin direkta miljö, det vill säga förskolan. Förskollärarna menar att det är för stort antal barn och för få pedagoger i barngrupperna och barnen ges då mindre tid till att få stöd av de vuxna. Det kan även kopplas till Exonivån (s. 237), då denna nivå omfattar miljöer som barnet inte är i direkt kontakt med, men ändå påverkas av. Det kan till exempel handla om kommunens resursfördelningar. När det sker negativa förändringar i resursfördelningen, bidrar det till att barnet påverkas negativt. Detta eftersom förskolorna får tillgång till färre resurser. Utifrån teorin kan detta dilemma även kopplas till Bronfenbrenners (1979, s. 258) Makronivå, då detta berör samhälleliga och politiska strukturer. Det handlar bland annat om de rådande barngruppsstorlekarna som existerar i dagens förskolor. För att Exonivån ska kunna påverka på Mikronivå, är det i första hand på Makronivå det behöver justeras. Makronivån är den samhälleliga nivån, som ligger till grund för de andra nivåerna, det vill säga den nivån som formar innehållet hos de andra, såsom utformning av organisationer eller tilldelning av resurser (Bronfenbrenner, 1979, s. 258). Forskaren menar att detta innefattar ideologiska utgångspunkter i kulturer samt vilken trosuppfattning som genomsyrar samhället.

I resultatet lyfts de tidiga insatsernas viktiga inverkan på barns hälsa och lärande. En traumautbildning nämns, som ett verktyg för att främja psykisk hälsa och lärande. Svaren pekar även på att pedagoger lättare kan hjälpa barnet, om de tidigt upptäcker barns psykiska ohälsa. Å ena sidan kan detta tolkas ur Bronfenbrenners (1979, s.11) Mikronivå, då den omfattar de aktiviteter, roller och relationer barnet befinner sig i. Eftersom pedagogerna befinner sig i direktkontakt med barnet skapas därmed förutsättningar att uppmärksamma tecken på psykisk ohälsa. Å andra sidan kan detta förstås ur Bronfenbrenners (1979, s. 237) Exonivå, eftersom barnen påverkas av händelser som sker utanför deras direkta miljö. När förskollärare utbildas inom traumabehandling ökas kunskaper kring detta. Det bidrar till kompetensutveckling i att kunna bemöta barnen på rätt sätt, vilket också innebär att barnen påverkas av utbildningen. Detsamma gäller resultatets utsagor om införandet av tidiga insatser, eftersom Exonivån då påverkar genom att förskolorna får tillgång till de resurser som krävs. Utifrån Bronfenbrenners (1979, s. 257 - 258) systemteori kan vi även utläsa Makronivån gällande detta område, då den nivån behandlar ur en samhällsnivå och liknas vid en överordnad ritning mot övriga nivåer. Det är avgörande att samhället skapar förutsättningar för att tidiga insatser ska kunna genomföras, genom att utforma relevanta lagar, tilldela rätt resurser med mera.

8.0 Diskussion

I detta kapitel presenteras studiens *diskussion*. Kapitlet inleds med en resultatdiskussion, där resultatet diskuteras baserat på studiens syfte och frågeställningar i relation till tidigare forskning. Resultatdiskussionen kommer att delas in i fyra teman. Vidare presenteras studiens metoddiskussion, slutsats, relevans för förskollärarryrket och avslutas med förslag på kommande forskning.

8.1 Resultatdiskussion

I detta avsnitt kommer resultatet att diskuteras i relation till tidigare forskning utifrån fyra teman. Det första temat är barns trygghet, det andra är stress i dagens samhälle, följt av ett tredje tema som innefattar relationsskapande och slutligen det fjärde temat om tidiga insatser.

8.1.1 Barns trygghet

Studiens första forskningsfråga besvaras genom ett av de mest framträdande begreppen förskollärarna betonar, barns trygghet. Samtliga förskollärare nämner att trygghet är det mest väsentliga för barn, för att de ska kunna tillägna sig kunskaper. Detta stärks av Läroplanen (2025, s. 7), att förskolan ska vara en plats där barn får möjlighet till att känna sig trygga. Vidare beskriver förskollärarna hur barns trygghet kan gestalta sig. Det kan till exempel synas genom att barnet vågar ta för sig och interagera med andra. De associerar barns trygghet till en psykisk hälsa. Enligt Hellberg m.fl. (2021, s. 41) kan den psykiska hälsan främjas genom ett lekbaserat program, där olika lekinterventioner införs. Forskarna (s. 47) kunde genom detta program synliggöra goda effekter, kopplade till barns psykiska hälsa. Till exempel genom att barnen efter denna studie vågade ta mer kontakt med andra barn. Barnens vårdnadshavare signalerade även mindre oro och ängslan hos barnen, efter studien. Detta är några av de tecken förskollärarna i vår studie associerar till en psykisk ohälsa och de menar att förskolan därför behöver arbeta med att främja barns trygghet. Genom att tryggheten stärks, främjas barns hälsa och lärande. Detta resonemang bekräftar Hellströms (2023, s. 62) betoning på ömsesidig påverkan mellan hälsa och lärande, samt besvarar vår andra forskningsfråga.

8.1.2 Stress i dagens samhälle

I vår studies resultat betonar förskollärarna olika tecken vid synliggörandet av psykisk ohälsa, såsom ängslan, oro, ilska, svårt för känsloreglering och förändrat beteende. Det främsta tecknet för psykisk ohälsa är dock stress. Detta svarar an på vår första forskningsfråga. Enligt Wolfgang (2013, s. 13) kan stress vara en

bidragande orsak till en negativ påverkan på barns framtida skolprestationer. Forskaren menar också att en kronisk stress kan bidra till att hämma den kognitiva funktionen, genom till exempel ett försämrat arbetsminne (Wolfgang, 2013, s. 15). I liknande termer beskriver Meier (2024, s. 2) hur barns trauman kan bidra till sämre funktion i deras hjärnor, gällande det området i hjärnan som hanterar den fysiska- och kognitiva funktionen. Detta relaterar vi till vår andra forskningsfråga. Förskollärarna i vår studie förklarar hur ett positivt bemötande av barns beteenden är av vikt för att barn ska kunna utveckla en positiv hälsa. Detta stärks av Wolfgang (2013, s. 23), då forskaren menar att en felaktig tolkning av barns beteende eller behov kan förstärka barns psykiska ohälsa, såsom att felaktigt uppfatta barns traumatiska stressupplevelser som beteendeproblem. Vi förstår resultatet som att förskollärarna anser att det är viktigt att pedagoger i förskolan har en god barnsyn, det vill säga en syn där förskolläraren ser barnet som kompetent och att barnet utgår från sin förmåga, eftersom barns stressymtom annars kan förvärras. Meier (2024, s. 4) framhäver detta i sin studie, eftersom forskaren menar att barns stresshormoner kan fastna i ett ständigt aktiverat läge. Detta medför att stressen ständigt kvarstår hos barnen och skapar då negativa effekter. I resultatet framgår att psykisk ohälsa och stress påverkar barnen negativt, såsom att barns hjärnor behöver få tid till att utvecklas, samt att barnen har svårt med känsloreglering. Detta kan relateras till Meiers (2024, s. 3 - 4) beskrivning av negativa effekter om barntrauman, utifrån ett neurobiologiskt perspektiv. Forskaren menar att barn bland annat riskerar att få svårigheter med att hantera sina känslor, samt impulskontroll. Detta eftersom barns hjärnor och speciellt de områden i deras hjärnor som hanterar dessa förmågor, är särskilt känsliga i låg ålder.

8.1.3 Relationsskapande

Samtliga förskollärare lyfter relationsskapande, som den främsta utgångspunkten för att främja psykisk hälsa. Majoriteten av förskollärarna beskriver att en relation är avgörande för att lärande ska kunna ske. Detta liknas vid Persson (2012, s. 26 - 27) som menar att de pedagogiska relationerna mellan pedagoger och barn är avgörande för barns hälsa, lärande och utveckling. I litteraturen från Penneys m.fl. (2019, s. 66 - 68) studie framkommer även där vikten av de pedagogiska relationerna. Ett sätt för att främja dessa relationer menar forskaren är att använda sig av olika program. Ett av dessa program kallas *Social Emotional Learning* (SEL). Detta program anser forskaren visat sig ha goda effekter på barns relationsförmåga. Därmed tolkar vi förskollärarnas utsagor om att lära känna barnen och skapa trygga relationer med dem, som en strategi dels för att identifiera barnens hälsotillstånd. Dels för att den sociala och emotionella utvecklingen ska främjas. På detta vis tänker vi att förskollärarnas tankar och reflektioner om relationsskapande, i relation till tidigare forskning, svarar an på vår tredje forskningsfråga. Detta eftersom förskollärarna beskriver relationsskapande som en strategi att använda sig av, i det hälsofrämjande arbetet.

8.1.4 Tidiga insatser

I studiens resultat synliggörs problematiken om de rådande barnstorlekarna i dagens förskolor. Ur resultatet kan vi utläsa en samstämmighet i förskollärarnas beskrivningar, att dagens förskolor innehåller alldeles för stora barngrupper. De menar att det medför att alla barn inte får den tid de behöver. När vi berör detta område märks starka känslor hos de vi intervjuar, i form av högre röster, annat tonläge, stelare kroppsspråk med mera. Detta förstår vi som att det berör förskollärarna på en hög nivå. Samtliga förskollärare poängterar att förskolan måste dela in barnen i mindre grupper, eftersom de menar att det är omöjligt att hinna se alla barn på grund av dessa barnstorlekar. Detta liknas vid Renblads och Brodins (2012, s. 421 - 423) betoning att förskolans kvalitet påverkas negativt av dessa stora barngrupper. Forskarna menar att detta har en direkt inverkan på barns välbefinnande, eftersom kvaliteten i förskolan är avgörande för barns hälsa och välbefinnande. Vi förstår detta genom att barngruppernas storlek befinner sig på en samhällsnivå som inte förskollärare kan påverka, eftersom dessa barngruppsantal är fastställt på ett politiskt plan. Dock kan förskollärare påverka genom gruppindelning. Mot denna bakgrund synliggörs ett svar på vår tredje forskningsfråga, då detta ses som en avgörande strategi att använda sig av, för att främja barns hälsa och lärande. För att förskollärare ska kunna använda sig av olika strategier i sitt arbete för att främja barns psykiska hälsa, är det avgörande att förskollärare ges möjligheter till att besitta relevanta kunskaper. Detta förklarar Stein och Russell (2021, s. 852) när de pekar på vikten av att förskollärare får den utbildning som krävs för att tillägnas dessa kunskaper. Forskarna menar att det hämmar barns psykiska hälsa och välbefinnande när det är brist på sådana utbildningar. I liknande termer berörs detta i vårt resultat när fortbildning och kompetensutveckling beskrivs. Gällande utbildning riktad till förskollärare styrks detta av Meier (2024, s. 5) då forskaren belyser vikten av utbildning till förskollärare, eftersom psykisk hälsa är avgörande för små barn. Hon menar att barns psykiska hälsa kan påverka barnen långt senare i livet. Det är därför av vikt att förskollärare tillägnas rätt kunskap, eftersom de då kan hjälpa barnen tidigt att främja en god hälsa. Vidare lyfter forskaren de tidiga årens viktiga betydelse för barns hälsa, eftersom dessa år lägger grunden för barns kognitiva, emotionella och sociala utveckling. Barns traumatiska upplevelser kan påverka barns hälsa negativt, vilket då också påverkar barns framtida skolresultat (Meier, 2024, s. 5). Detta stöds även av Wolfgang (2013, s. 46), som lyfter att barn är särskilt sårbara för traumatiska upplevelser, under sina tidigaste levnadsår.

8.2 Metoddiskussion

I denna studie valde vi att använda en kvalitativ metod genom semistrukturerade intervjuer. Vi valde intervjuformen eftersom Denscombe (2018, s. 268) menar att en intervju kan fånga respondenternas svar mer på djupet, till skillnad mot en

kvantitativ studie. Forskaren lyfter även att det är till intervjuformens fördel att behandla komplexa frågor i sin studie. Då detta ämne kan anses känsligt, kände vi att det var viktigt att kunna beröra förskollärarnas svar på det djupare planet. Forskaren (s. 269) beskriver hur intervjuer av semistrukturerad art behandlar ett visst antal frågor som ska besvaras. Dock är intervjuaren flexibel gällande ordningsform av frågorna, samt att den som intervjuas kan utveckla sina svar. Av samma anledning, att detta ämne kan anses känsligt, valde vi just därför semistrukturerade intervjuer, i stället för en annan intervjuform. Vi kände att vi ville ställa öppna frågor och att de personer vi intervjuade kunde formulera sig på det sätt de var bekväma med. Forskaren (s. 281) poängterar hur intervjuns händelseutveckling kan påverkas av miljön. En plats där det kan finnas störande moment, exempelvis på en livlig arbetsplats, kan påverka intervjun negativt. Detta var något vi stötte på. Vid de flesta intervjuerna kunde vi sitta i ett avskilt och tyst rum, men vid två av intervjuerna förekom störande moment. Detta i form av högljudda röster i rummen bredvid och att en person kom in i rummet vi satt i, för att hämta något. Detta är någonting som kan ha påverkat deras svar. Samtliga förskollärare, förutom en på grund av tidsbrist, fick frågorna innan intervjun. Detta är också någonting som kan ha påverkat resultatet, eftersom förskollärarna var förberedda och hann tänka igenom sina svar. Vi märkte på den förskolläraren som inte hade fått frågorna tidigare, att det behövdes mer betänketid under intervjun. Det kan bero på detta känsliga ämne. En annan orsak som kan ha påverkat vårt resultat, är graden av känslighet som förskollärarna kände vid intervjuerna. Statistiska centralbyrån (2016, s. 70) skriver att känsligheten varierar från individ till individ i vad som uppfattas vara ett känsligt ämne. Det hade nog varit till vår fördel om vi hade haft mer tid för studien, eftersom det har varit ett tidspressat schema. Vi hade kunnat använt oss av ytterligare en metod, såsom observationer. Dock med ännu mer försiktighet eftersom observationsmetoden hade blivit svårare i att förhålla oss etiskt. Detta skulle kunnat utmynna i ett annat resultat. Vi hade också kunnat intervjua fler förskollärare och nått en större population. Dock hade databearbetningen då tagit ännu längre tid, eftersom intervjuerna tog tid med transkribering. All databearbetning tog också tid genom tematisk analysmetod, eftersom vi behövde gå igenom materialet många gånger för att kunna analysera på djupet och finna teman.

8.3 Slutsats

Studien syftar till att ur ett förskollärarperspektiv undersöka relationen mellan psykisk hälsa och lärande hos barn. Förskollärarnas beskrivningar av detta ämne har visat att barns hälsa och lärande påverkar varandra ömsesidigt. Centrala faktorer som framkommit i resultatet för att främja barns psykiska hälsa är trygghet och goda relationer. När barnen känner trygghet och vågar ta för sig samt interagera med andra, är det ett tecken på att barnet mår bra. Samtidigt framhöll förskollärarna att barn som mår psykiskt bra är mer mottagliga för att tillägna sig ny kunskap, medan barn som mår psykiskt dåligt får detta som ett hinder. När ett barn uppvisar

förändrat beteende, såsom oro, ilska eller ängslan, kan det tolkas som ett tecken på psykisk ohälsa vilket bör beaktas. Förskollärarna menar att trygga relationer är avgörande för att barnen ska kunna ta in ett nytt lärande. Resultatet visar även att barngruppernas storlek, utbildning för pedagoger, tidiga insatser och förhållningssätt, är faktorer som påverkar barns lärande och välbefinnande.

8.4 Pedagogisk relevans

Denna studie synliggör att barns lärande och psykiska hälsa är ömsesidigt beroende av varandra. Enligt läroplanen (Skolverket, 2025, s. 7) har förskollärare det övergripande ansvaret i undervisningen för att främja barns utveckling och lärande. Därför är förskollärares roll avgörande. Genom studien har vi fått en bredare förståelse för hur viktigt det är att identifiera tecken på psykisk ohälsa tidigt i små barns liv, eftersom detta möjliggör för att tillföra stödinsatser som främjar både hälsan och lärandet på lång sikt. Studien synliggör betydelsen av trygghet och relationsskapande i förskolan, med närvarande pedagoger som innehar en gemensam barnsyn och ständigt letar strategier som är för barnets bästa. Det är därför av vikt att förskollärare besitter dessa kunskaper, både kunskaper om vad psykisk hälsa och ohälsa är och hur det påverkar lärandet, men också kunskaper i hur förskollärare kan arbeta hälsofrämjande. Dels genom att barnen tillägnas en god hälsa, dels genom att de då kan nå sin fulla potential i utveckling och lärande.

8.5 Förslag på fortsatta studier

När vi började leta litteratur till vår studie, insåg vi att majoriteten av forskare utgick från att undersöka skolbarn och därmed inte gällde förskolebarn. Detta var något vi fann som en stor kunskapslucka och ville utforska mer. Wolfgang (2013, s. 15) styrker detta påstående, då forskaren menar att det saknas utbildning med fokus på sociala och emotionella färdigheter i åldrarna noll till åtta år. Det framkom även under intervjuerna en drivkraft, samt ett starkt behov från förskollärarna, att det behövs mer forskning inom barns psykiska hälsa och lärande, redan från förskoleåldern. Allt fler barn mår dåligt idag, vilket påverkar deras hälsa och lärande, samt kan kvarstå under livets gång. Därför anser vi att det behövs mer forskning om hur vi tidigt i barnens liv kan främja deras psykiska hälsa och lärande.

Referenslista

Askell-Williams, H., & Murray-Harvey, R. (2013). Did that Professional Education about Mental Health Promotion Make Any Difference? Early Childhood Educators' Reflections upon Changes in Their Knowledge and Practices. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, *23*(2), 201-221. https://doi.org/10.1017/jgc.2013.19

Björck-Åkesson, E. & Granlund, M. (2020). Små barns hälsa och välbefinnande. I I. Engdahl & E. Ärlemalm-Hagsér (Red.), *Att bli förskollärare: Mångfacetterad komplexitet*. (2 uppl, 84-89). Liber.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harward University Press.

Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology, 22*(6), 723–742. https://doi.org/10.1037/0012-1649.22.6.723

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken: För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. (4 uppl.). Studentlitteratur.

Eadie, P., Deery, B., Murray, L., Levickis, P., Page, J., & Elek, C. (2023). What are the research priorities of Australian early childhood professionals? Results of a Delphi style study. *International Journal of Early Years Education, 31*(4), 971 – 986. https://doi.org/10.1080/09669760.2022.2091980

Eldén, S. (2020). *Forskningsetik: Vägval i samhällsvetenskapliga studier*. Studentlitteratur.

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

Hellberg, K., Fälth, L., & Lundbäck, B. (2021). Kulekrabater - Lek, lärande och undervisning: en lekintervention för att stärka barns deltagande i lek - en pilotstudie. Specialpædagogik, 41(4), 38–53. https://www.researchgate.net/publication/356911779_2021_Specialpedagogik_4-2021

Hellström, L. (2023). *Hur mår våra barn och unga? Förändringar i barns och ungas hälsa över tid: En kunskapsöversikt* (Skolutveckling och ledarskap, 10). Malmö Universitet. https://mau.diva-portal.org/smash/get/diva2:1755970/FULLTEXT01.pdf

Kimber, B. (2013). Socialt emotionellt lärande och andra pedagogiska metoder som syftar till att förebygga psykisk ohälsa. *Socialmedicinsk tidskrift, 90*(5), 726-732. https://publicera.kb.se/smt/article/view/43160

Kultti, A., Pramling Samuelsson, I. & Harju-Luukkainen, H. (2016). *Rapport av pilotstudien: Förskolan som resurs för barns välbefinnande och lärande*. Göteborgs Universitet. http://hdl.handle.net/2077/42470

Meier, C. (2024). A review of trauma-informed neuroscientific theory to unpack the early childhood education teacher's pastoral role in South Africa. *South African Journal of Childhood Education, 14*(1), 1-12. https://doi.org/10.4102/sajce.v14i1.1491

Penney, S., Young, G. D., Butler, E., Malch, K. & Philpott, D. (2019). The role of quality ECE in facilitating mental health and well-being in children. *Linking quality early childhood education and special education needs, 29* (3), 57-76. https://doi.org/10.5206/eei.v29i3.9387

Persson, S. (2012). Förskolans betydelse för barns utveckling, lärande och hälsa: Ett diskussionsunderlag (Kommission för ett socialt hållbart Malmö) Malmö stad. https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1410426/FULLTEXT01.pdf

Petersen, S., & Romqvist, A. (2020). När skolan lär barn om psykisk hälsa minskar inåtvända psykiska problem bland barnen. En kartläggning av systematiska litteraturöversikter. *Socialmedicinsk Tidskrift*, *97*(5-6), 832–846. https://doi.org/10.62607/smt.v97i5-6.38213

Renblad, K., & Brodin, J. (2012). Kvalitén i förskolan påverkar barns välbefinnande: Några förskolechefers syn på den nya läroplanen och kvalitet i förskolan. Socialmedicinsk Tidskrift, 89(4–5), 416–424. diva2:579251

SFS 2018:1197. *Förenta Nationernas konvention om barnets rättigheter*. Socialdepartimentet. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-20181197-om-forenta-nationernas-konvention_sfs-2018-1197/

Skolverket (2025). *Läroplan för förskolan: Lpfö18* (Rev. Uppl.). https://www.skolverket.se/getFile?file=13295

Statistiska centralbyrån. (2016). *Frågor och svar – om frågekonstruktion i enkät- och intervjuundersökningar*. https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/ovrigt/ovrigt/ovriga-publikationer-ej-statistik/pong/publikationer/fragor-och-svar--om-fragekonstruktion-i-enkat--och-intervjuundersokningar/

Stein, R., & Russell, C. E. (2021). Educator Perspectives of Early Childhood mental Health: A Qualitivie Study in Colorado. *School Mental Health, 13*(4), 845-855. https://doi.org/10.1007/s12310-021-09454-6

Von Tetzchner, S. (2016). *Utvecklingspsykologi.* (2 uppl.). Studentlitteratur.

Winkler, Z., Károlyi, B. B., & Zolnai, A. (2024). Comparative analysis of US and European preschool social and emotional learning programs. *International Journal of Emotional Education, 16*(1), 169–184. https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1422077.pdf

Wolfgang, J.D. (2013). *The longitudinal effect of traumatic stress and attachment difficulties on academic achievement for young children.* [Doctordissertation of philosophy, University of Florida]. https://eric.ed.gov/?id=ED558273

Bilaga 1

Missivbrev/Samtycke

Hej!

Vi heter Elin Johansson och Alice Handroos och ska genomföra ett självständigt arbete vid Mälardalens Universitet. Ämnet vi har valt är förskollärares uppfattningar av relationen mellan barns psykiska hälsa och deras lärande.

Syftet med studien är att fördjupa förståelsen för förskollärares perspektiv på relationen mellan barns psykiska hälsa och deras lärande, samt hur dessa kan påverka utformningen av undervisning i förskolan.

För att kunna fördjupa oss i ämnet, har vi för avsikt att genomföra semistrukturerade intervjuer med ett antal verksamma förskollärare.

Det kommer att finnas möjlighet att läsa den färdiga uppsatsen när den är klar i databasen Diva.

Om du som tillfrågad förskollärare vill delta i intervjuerna vill vi även informera om att vi tar hänsyn till Vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Vilket innebär att du deltar frivilligt och kan avbryta ditt deltagande när som helst under studien, utan närmare motivering och utan några negativa konsekvenser. Deltagandet och materialet kommer att behandlas konfidentiellt. Det kommer endast att vara tillgängligt för oss och vår handledare under den tid vi genomför studien.

Information om personuppgiftsbehandling
Enligt GDPR har du/ni rätt att kostnadsfritt ta del av de uppgifter om dig som hanteras i projektet, och vid behov få eventuella fel rättade. Om du vill ta del av uppgifterna ska du kontakta oss eller Anne Lillvist, se kontaktuppgifter nedan. Den rättsliga grunden för behandling av personuppgifter är samtycke. Du/ni kan också begära att uppgifterna om dig raderas samt att behandlingen av dina personuppgifter begränsas. Om du/ni är missnöjda med hur personuppgifterna behandlas har du/ni rätt att lämna in klagomål till integritetsskydds myndigheten. Personuppgiftsansvarig är Mälardalens Universitet.

Studien kommer att samla in och dokumentera röstinspelade intervjuer. För att säkerställa korrekt lagring och användning av uppgifterna kommer informationen att skyddas så att obehöriga inte kan ta dela av dem. Data förvaras på lösenordskyddade datorer. Personuppgifterna kommer att kodas (pseudonymiseras), vilket innebär att de inte kan kopplas direkt till dig som person. Efter avslutat projekt kommer personuppgifterna att raderas. Undersökningen kommer vi att presentera i form av en uppsats vid Mälardalens universitet och slutversionen läggs ut på databasen DIVA. Materialet kommer att förstöras efter att uppsatsen är klar.

Jag ger mitt samtycke till att delta i studien.

--- ---

Namn Namnförtydligande

Vid frågor och funderingar kontakta någon av oss eller vår handledare för mer information.

Studenter: Elin Johansson och Alice Handroos Handledare: Anne Lillvist

Telefon: XXX-XXX XX XX XXX-XXX XX XX

Mail: XXX XXX

Med vänliga hälsningar, Elin och Alice.