

Möjligheter att inom småbarnspedagogiken stöda barns psykiska välmående under och efter covid-19

En litteraturstudie

Elisa Lindholm

Sophie Sundström

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Sociala området
Identifikationsnummer:	8577, 8578
Författare:	Elisa Lindholm, Sophie Sundström
Arbetets namn:	Möjligheter att inom småbarnspedagogiken stöda barns psykiska välmående under och efter covid-19
Handledare (Arcada):	Ann-Marie Rosenqvist-Berg
Uppdragsgivare:	Grankulla Stad
<p>Detta examensarbete är en litteraturstudie gällande covid-19:s inverkan på barn och på småbarnspedagogiken i Finland. Arbetet är gjort på beställning av Grankulla stad. Syftet med arbetet är att klargöra vilka effekter covid-19 har haft, och fortsättningsvis har, på barns psykiska välmående, samt lyfta fram olika sätt som småbarnspedagoger i sitt arbete kan stöda barn igenom pandemin. Frågeställningarna skribenterna söker svar på är: <i>Hur påverkar Covid-19 barns psykiska mående?</i> Samt <i>Hur kan småbarnspedagogiska enheter stöda barns psykiska välmående under och efter Covid-19?</i> I arbetet analyseras 6 vetenskapliga artiklar, 2 forskningar samt 2 böcker av akademisk litteratur. Materialet är indelat i 6 teman, och bearbetade i grupper. De olika kategorierna är <i>Barnets känslor</i>, <i>Barnets omgivning</i>, <i>Småbarnspedagogik</i>, <i>Krishantering</i>, <i>Föräldraskap</i> samt <i>Stödande verksamhet</i>. Arbetet begränsas till en viss del av det faktum att det inte i skrivande stund finns så mycket stora forskningar gällande covid-19 pandemins inverkan då fenomenet är nytt och unikt. Därtill kan ingen ännu uttala sig om pandemins inverkan på barn på lång sikt. Skribenterna försökte använda varierande material med stark validitet. De mest använda referenserna är Nurhonen, Chydenius och Lipponens forskningsavhandling <i>Korona tuli taloon</i>, (2021) och forskningen skriven av Heinonen et.al., <i>Hur vårdnadshavare och pedagoger bör hantera barn som genomlever krissituationer</i> (2021). I arbetets resultat framkommer vikten av att prata med barn om det som händer, låta barnen ventiler sina tankar och känslor, stöda barnen som en del av familjen och se barnets helhet. Den vuxna behöver även vara uppmärksam på risken att barnets vardag och rutiner ändrat och rubbats i stor skala till följd av pandemin, samt förstå att barnen ser och uppfattar mycket av det som vuxna diskuterar gällande pandemin och kan få förvrängda uppfattningar om situationen. I bilaga 5 har skribenterna sammanställt en lista över sådant som kan stöda pedagoger inom småbarnspedagogik i arbetet med barn under och efter covid-19.</p>	
Nyckelord:	Småbarnspedagogik, barns känsloliv, barns psykiska välmående, Covid-19, barns krishantering
Sidantal:	61
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	9.3.2022

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Program:	Social Services
Identification number:	8577, 8578
Author:	Elisa Lindholm, Sophie Sundström
Title:	Möjligheter att inom småbarnspedagogiken stöda barns psykiska välmående under och efter covid-19
Supervisor (Arcada):	Ann-Marie Rosenqvist-Berg
Commissioned by:	Grankulla City
Abstract:	
<p>This thesis work is a literature-study regarding the Covid19-pandemics effect on children in pre-schools in Finland. It is an order from Grankulla City and the aim is to clarify what the pandemic effect has been, and still is, on children's mental well-being. We will also enlighten different approaches concerning supporting children through the pandemic. Researchers will be answering the following questions: <i>What effect does Covid-19 have on children mental health? And: How can the pre-school personal support children's mental well-being under, and after Covid19?</i> 6 scientific articles, 2 research studies and 2 books of academical literature will be analyzed in this work. The material is categorized in 6 different themes and treated in groups. The categories are the following: <i>Children's feelings, children's surroundings, pre-school/daycare, dealing with crisis, parenthood and supporting activity</i>. Our work is limited by an inadequate amount of research regarding the consequences of this pandemic, and the phenomena is a new field, and the long-term impact on children is yet to be unknown. The goal for the writers was to use a variety of existing material with strong validity and reliability. The most used articles are: Nurhonen, Chydenius and Lipponen: <i>Korona tuli taloon</i>, (research thesis 2021) and Heinonen et al.: <i>Hur vårdnadshavare och pedagoger bör hantera barn som genomlever krissituationer</i> (research-study 2021). The Research shows the importance of talking with children during current events and supporting the child as a member of her family. We need to be aware of the risks that the child's daily routines and everyday life changes as a consequence of the pandemic, and also understand that children are very attentive in regards of the adults' discussions, which can lead to a distorted perception concerning the situation. The writers of this research have added a list of our findings in appendix 5.</p>	
Keywords:	Early childhood education, children's emotional world, mental health of children, crisis management
Number of pages:	61
Language:	Swedish
Date of acceptance:	9.3.2022

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliai
Tunnistenumero:	8577, 8578
Tekijä:	Elisa Lindholm, Sophie Sundström
Työn nimi:	Möjligheter att inom småbarnspedagogiken stöda barns psykiska välmående under och efter covid-19
Työn ohjaaja (Arcada):	Ann-Marie Rosenqvist-Berg
Toimeksiantaja:	Kauniainen
<p>Tiivistelmä: Tämä opinnäytetyö on kirjallisuustutkimus covid-19:n vaikutuksista lapsiin ja varhaiskasvatukseen Suomessa. Työ tehdään Kauniaisen kaupungin tilauksesta. Työn tarkoituksena on selvittää, mitä vaikutuksia koronalla on ollut, ja edelleen on, lasten henkiseen hyvinvointiin, ja tuoda esille erilaisia tapoja, joilla varhaiskasvattajat voivat tukea lapsia heidän pandemioissaan. Kysymykset, joihin kirjoittajat etsivät vastauksia, ovat: <i>Miten Covid-19 vaikuttaa lasten mielentilaan? Ja miten varhaiskasvatuksen yksiköt voivat tukea lasten henkistä hyvinvointia Covid-19:n aikana ja sen jälkeen?</i> Työssä analysoidaan 6 tieteellistä artikkelia, 2 tutkimusta ja 2 tieteellistä kirjallisuutta. Materiaali on jaettu 6 teemaan ja käsitelty ryhmissä. Kategoriat ovat: lapsen tunteet, lapsen ympäristö, varhaiskasvatuspedagogiikka, kriisinhallinta, vanhemmuus ja tukitoiminta. Työtä rajoittaa tiettyyn osaan se, että tätä kirjoitettaessa ei ole paljoakaan tutkittu koronapandemian vaikutuksia, sillä ilmiö on uusi ja ainutlaatuinen. Lisäksi kukaan ei voi vielä kommentoida pandemian vaikutuksista lapsiin pitkällä aikavälillä. Kirjoittajat yrittivät käyttää monipuolista materiaalia vahvasti. Käytetyimpiä lähteitä ovat Nurhosen, Chydeniuksen ja Lipposen tutkimusväitöskirja: <i>Korona tuli taloon</i>, (2021) sekä Heinonen et al.: <i>Hur vårdnadshavare och pedagoger bör hantera barn som genomlever krissituationer</i> (2021). Työn tulokset osoittavat, kuinka tärkeää on puhua lapsille siitä, mitä tapahtuu, antaa lasten tuulettaa ajatuksiaan ja tunteitaan, tukea lapsia osana perhettä ja nähdä lapsi kokonaisuutena. Aikuinen pitää myös olla tietoinen riskistä, että lapsen arjen muuttuminen tuo mukanaan haasteita. Lapsen arki ja rutiinit ovat muuttuneet ja häiriintyneet suuressa mittakaavassa pandemian seurauksena, ja vaaditaan ymmärrystä siitä, että lapset näkevät ja kuulevat suuren osan siitä, mitä ja miten aikuiset puhuvat pandemiasta, ja lapsi voi vääristää käsityksiä tilanteesta. Liitteessä 5 kirjoittajat ovat koonneet listan asioista, jotka voivat tukea varhaiskasvatuksen kasvattajia lasten kanssa tehtävässä työssä covid-19:n aikana ja sen jälkeen.</p>	
Avainsanat:	Varhaiskasvatus, lasten tunne-elämä, lasten henkinen hyvinvointi, Covid-19, lasten kriisinhallinta.
Sivumäärä:	61
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	9.3.2022

INNEHÅLL

FÖRORD	6
1 Inledning	7
2 Bakgrund	8
3 Tidigare forskning	9
4 Syfte och Frågeställning	10
5 Teoretisk referensram	10
5.1 Barns grundläggande behov	11
5.2 Barns anknytning och trygghet.....	11
5.3 Människans behov av gemenskap	12
5.4 Temperament.....	13
6 Metodik	14
6.1 Materialurval och datainsamling	15
6.2 Analysmetod.....	16
7 Etiska Aspekter	17
8 Resultat	19
8.1 Barnets känslor och psykiska hälsa	20
8.2 Barnets omgivning.....	22
8.3 Småbarnspedagogik	25
8.4 Föräldraskap	27
8.5 Krishantering	29
8.6 Stödande verksamhet	31
9 Resultatdiskussion	35
10 Metoddiskussion och slutsats	39
Källor	42
Bilagor	47
Bilaga 1: Litteraturlista.....	47
Bilaga 2: Materialsammanfattning	49
Bilaga 3: Temaindelning	58
Bilaga 4: Datainsamlingstabell	59
Bilaga 5: Check-lista för att stöda barn under pandemi-tiden.....	60

FÖRORD

Mänskligheten har genom tiden stött på kriser och upplevt naturkatastrofer som påverkat hela samhället. I det nuvarande moderna samhället har svårigheterna inte varit stora, dock har det förekommit ekonomiska kriser, krig och utbrott som tvingat samhället att reagera. Bristerna på stora kriser har oftast varit en fördel, men ibland även en nackdel, då det som nu, i situationen med Covid-19, lämnar mänskligheten utan kunskap att förutspå konsekvenserna. I vår undersökning tar vi vara på den kunskap som redan existerar och de forskningarna som gjorts lokalt, men även skrifter som stöder både personal och barn i småbarnspedagogiken. För att svara på frågan hur man stöder den mentala hälsan, speciellt för små barn under skolåldern, är det viktigt att minnas att det finns expertis inom området och att man inte skall bäva för att fråga kunnande nivåer om råd. Med det sagt vill vi ge verktyg och evidensbaserade metoder som är nyttiga att använda i den småbarnspedagogiska vardagen och tankar om hur man förhåller sig till barn, vars familjer går igenom kriser. Skribenterna har egen erfarenhet av småbarnspedagogiken, Lindholm som brukare, men även med arbetserfarenhet gällande hur man stöder barns hantering av känslor och krissituationer. Sundström har arbetat inom småbarnspedagogiken i ett decennium, både som pedagog och vårdare. Vi hoppas att forskningen motiverar personalen till att använda sig av de metoder som föreslås och att det känns meningsfullt och givande.

1 INLEDNING

I december 2019 bröt ett nytt virus ut, som utvecklades till en pandemi som spred sig globalt. Covid-19 smittas via droppsmitta och ännu finns ingen medicin emot det, enbart vaccin som dämpar smittspridning och risk för allvarliga symptom. Covid-19 viruset attackerar spikproteiner och tränger sig in i människans celler och ger en mängd olika symptom som kan leda till sjukhusvistelse eller intensivvård. Det är framför allt luftvägarna som påverkas. (THL 2021)

Mellan våren 2020 och våren 2021 upprättade finska regeringen starka restriktioner gällande samhällets öppenhållningstider och vistelse på allmänna platser då en aggressiv spridning av viruset var ett faktum, främst inom de stora städerna. 20.9.2021 var dödsfallen nästan 5 miljoner globalt, och i Finland kring 1400 (WHO 2021).

Pandemin har lett till stora förändringar i vardagen och arbetslivet, och skapat mycket stress, oro och rädsla för människor över hela världen. Statsrådet konstaterar i sin publikation att covid-19 har en stor och långt sträckande inverkan på barn och ungas välmående. SHM (Social- och Hälsovårdsministeriet) oroar sig för covid-19:s inverkan på barn och ungas välmående, jämställdhet och utveckling. Covid-19 har ökat barns risk för ekonomisk utsatthet, brister i utbildningen och psykiskt illamående. Det finns en stor risk för ökad upplevelse av otrygghet hos barn och unga, och brister och instabilitet i barnets nära relationer. Pandemin orsakar hos barn och unga även rädslor och ångest inför sin egen framtid. (Statsrådet 2021 s. 14–17)

Inom småbarnspedagogiken påverkades verksamheten av varierande mängder barn och personalresurser, och därmed flyttades behörig personal till nya arbetsuppgifter inom andra branscher. All personal inom social-och hälsovårdstjänster, samt bildningssektorn, rekommenderades använda munskydd under arbetsdagen.

Detta lärdomsprov kommer att forska i barns psykiska välmående under och efter pandemin, samt försöka klarlägga hur småbarnspedagogiska enheter kan stöda barn i deras psykiska välmående. Vi valde projektet eftersom vi är intresserade av barns psykiska välmående, och har erfarenheter av arbete med barn. Lärdomsprovet är ett samarbete

med Grankulla stad, under projektet Nordisk välfärd, och fokuserar därför enbart på situationen för barn i Norden. Det skrivs för Småbarnspedagogiska FUI-projekt i samarbete med Grankulla stad. FUI förkortningen står för forskning, utveckling och innovation. Tanken är att kunna erbjuda konkreta lösningar baserat på forskning om hur man inom småbarnspedagogiken kan stöda barns mentala hälsa.

Syftet med lärdomsprovet är att genom en litteraturstudie försöka klargöra vilka effekter covid-19 har haft, och fortsättningsvis har, på barns psykiska välmående. Skribenterna vill även försöka lyfta fram olika sätt som småbarnspedagoger i sitt arbete kan stöda barnen igenom pandemin.

2 BAKGRUND

Det är viktigt att forska i barns psykiska välmående under och efter covid-19, eftersom en förutsättning för barnets aktivitet är barnets funktionsförmåga. Barnets funktionsförmåga påverkas av såväl barnets egna inneboende resurser, som även av de yttre omständigheterna och de begränsningar och möjligheter som samhället och landets situation skapar för barn. (Minkkinen 2015 s. 31–32)

Barnets psykiska välmående, sociala färdigheter och möjligheter till lärande och utveckling påverkar starkt hans framtid och mående (Minkkinen 2015 s. 15–19). Alla dessa faktorer i barnets liv har blivit påverkade av Covid-19.

Det ledande styrdokumentet för arbetet inom småbarnspedagogik; Grunderna för Planen för Småbarnspedagogik, konstaterar att småbarnspedagogikens uppdrag är att stärka färdigheter som hör samman med barnets välbefinnande, säkerhet och trygghet, samt handleda dem att göra val som överensstämmer med en hållbar livsstil.

Småbarnspedagogiken är en viktig del av barnets vardag, och läroplanen för småbarnspedagogiken stipulerar en strävan till en jämlik och kvalitativ vård som tryggar barnets välmående och utveckling. Barnets lärande skall ske smidigt och skapa samarbete med omgivningen, och närmiljön skall fungera som en pedagogisk arena. Barnens självständighet, trygghet, utveckling och känsloreglering, samt positiva förhållning till framtiden ska också stödas. (Utbildningsstyrelsen 2018 s.26)

För att barn ska kunna växa, utvecklas, må bra och uppleva glädje och mening i sin tillvaro, behöver deras vardag utgöras av flera viktiga faktorer. Barn behöver uppleva gemenskap, uppmuntran, en fördomsfri miljö, möjlighet till såväl ledd som fri lek, och möjlighet att uttrycka sig och få sin röst hörd. De behöver känna delaktighet, respekt, individuellt bemötande samt möjlighet att öva och utveckla sitt språk och sin kommunikation. Barn behöver känna trygghet och ha möjlighet att vara fysiskt aktiva. De behöver också ha tillgång till hälsosam och mångsidig kost, värme och fysisk trygghet, samt stöd och tröst från trygga vuxna. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 30–33)

Det finns en stor risk att flera av barns basbehov äventyras då en pandemi bryter ut. En pandemi som Covid-19 kan leda till arbetslöshet, social distansering, hemkarantän, användande av ansiktsmasker, avverkning av sociala evenemang och utrymmen samt stark oro och rädsla bland den vuxna befolkningen. De stödande funktioner och arbetssätt för småbarnspedagoger vi kan sammanfatta i detta lärdomsprov kan stöda småbarnspedagogiska enheter i deras arbete för att skapa en trygg och harmonisk miljö för barn att växa i och utvecklas i, trots covid-19 pandemins inverkan på barnets vardag.

3 TIDIGARE FORSKNING

Tidigare forskning gällande barns upplevelser av – samt hantering av – krissituationer som denna, är väldigt begränsade. Detta beror dels på att en pandemi som denna inte förekommit under de senaste 90 åren. Den senaste pandemin före covid-19 i liknande omfattning eller större, var den s.k. Spanska sjukan, som pågick 1918 – 1920 (Ekstrand 2021). Dels beror det även på att barns välmående, känsloliv samt kognitiva mekanismer först relativt nyligen börjat forskas i. En av de tidiga forskarna i ämnet barns psyke och utveckling, var Sigmund Freud, som levde 1856 – 1939 (Jay 2021). Forskning kring barns hantering av kris finns, men paralleller som kan dras till pågående pandemi är begränsade, då covid-19:s inverkan på barns liv och vardag är väldigt mångfacetterat och omfattande, och berör såväl barns uppfattning av trygghet, som även föräldrars välmående, vardagliga rutiner, nyhetsrapportering, konkreta dödsfall, förändringar i levnadsstandard samt det sociala livet.

4 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Vi vill forska kring hur man inom den finska småbarnspedagogiken kan stöda barn och arbeta kring covid-19, inge trygghet och hjälpa barn och familjer hantera de stora känslorna som pandemin fört med sig. Vi vill försöka lyfta fram olika sätt som småbarnspedagoger i sitt arbete kan stöda barn igenom pandemin. De stödande funktioner och arbetssätt för småbarnspedagoger vi kan sammanfatta i detta lärdomsprov kan stöda småbarnspedagogiska enheter i deras arbete för att skapa en trygg och harmonisk miljö för barnen. Vi vill undersöka pandemins effekt på barn, eftersom barnets psykiska välmående, sociala färdigheter och möjligheter till inläring och utveckling starkt påverkar hans framtid och mående (Minkkinen 2015 s. 15-19). Vi vill även med denna litteraturstudie sammanfatta barns konkreta behov från sin omgivning och vardag för att uppnå psykiskt välmående, samt utforska med vilka medel småbarnspedagogiken kan försöka trygga dessa behov, för att barn ska hantera pandemin och alla de svårigheter och motgångar den medför på bästa möjliga sätt. Vi försöker även forska i hur pandemin påverkar barns mentala hälsa, och hur barn reagerar på de förändringar som pandemin orsakar.

Våra frågeställningar för litteraturstudien är följande:

Hur påverkar Covid-19-pandemin barns psykiska mående?

Hur kan småbarnspedagogiska enheter stöda barns psykiska välmående under och efter Covid-19?

5 TEORETISK REFERENS RAM

De faktorer vi valt att fokusera på gällande barns välmående under covid-19 pandemin är barns grundläggande behov, barns behov av anknytning och trygghet, samt individens behov av gemenskap, då dessa faktorer hör till de delar av barns liv som blivit mest påverkade av pandemin.

5.1 Barns grundläggande behov

Abraham Maslow arbetade fram en teori om människans grundläggande behov, och kom fram till fem grundläggande behov hos alla människor: Det första behovet är de fysiologiska behoven, dvs hunger, törst, luft att andas, sömn, värme och sex. Sex i detta sammanhang syftar på den vuxna befolkningens behovstrappa, och ingår inte i samma bemärkning i barns grundbehov. Därefter kommer människans trygghetsbehov, eller säkerhetsbehov. De innefattar behovet av att känna sig skyddad från fysiskt och psykiskt våld. Det tredje behovet, enligt Maslow, är behovet av kärlek, eller det sociala behovet. Människan behöver närkontakt med andra människor genom familj och vänner. Hen behöver uppleva att hen hör till, och inte är ensam. Dessa tre behov klassas som bristbehov, vilket betyder att de utgör grunden för att människan ska må bra och ha förutsättningar att bli motiverad och sträva framåt. Det fjärde behovet i Maslows behovstrappa är behovet av självkänsla, vilket betyder att människan har ett behov av att känna självrespekt, och bli respekterad av andra. Hen behöver känna sig nyttig, uppskattad och behövd. Det sista steget i behovstrappan är behovet av självförverkligande. Människan har alltså i sista hand ett behov av att förverkliga sig själv; det handlar om allt hen potentiellt kan vara eller uppnå. (Mathes 1981)

5.2 Barns anknytning och trygghet

Anknytningsteorin ger en bra teoretisk referensram när det kommer till barn som hantear trauman och kriser i sin vardag. Begreppet är myntat av forskaren Bowlby som undersökte föräldrarnas påverkan på barnets socioemotionella utveckling, baserat på Sigmund Freuds teorier angående utvecklingspsykologi.

Ett barn behöver enligt Bowlby en trygg vuxen som barnet kan hänföra sig till och söka trygghet hos. Ett barn som har en trygg vårdnadshavare vågar utforska omgivningen mera, ju mera tillgänglig och närvarande den vuxna är. Att våga utforska sin omgivning stärker barnets självsäkerhet och utvecklingen av autonomiska kompetenser. Enligt Bowlbys analys (i samarbete med Harry Harlow, angående de etiskt kritiserade forskningen kring apor) skapar brist på förälders närvaro och närhet negativa följder för barnet. Forskarna konstaterade att barnet som yngre försummade sina jämnåriga vänner och vid vuxen ålder försummade hen själv sina egna avkommor. Barnet behöver en bra

anknytning och balanserad uppväxt för att lära sig utvidga sina sociala relationer. (Bowlby 1969 refererad i Hwang & Nilsson 2003 s.134)

Vid 2-3 ålder kan barnet börja förstå att andra personer har olika känslor än hen själv och det själviska tänket utvecklas och skapar grunden för empati. Genom att barnet utvecklar sina kognitiva förmågor kommer även en ny fas av identifiering av självet. Mary Ainsworth fortsatte forskningen angående otrygg anknytning och delade in anknytningarna i olika kategorier, undvikande och ambivalent. I den undvikande kategorin ingår att barnet inte visar behov av att använda föräldern som något som inger trygghet och bryr sig inte om att föräldrarna inte är närvarande, medan ambivalenta barn avvisar sina föräldrar. (Ainsworth 1978 refererad i Hwang & Nilsson 2003 s. 137)

Winnicott anser däremot att barnet behöver lite utmaningar och att anknytningspersonen inte nödvändigtvis behöver vara föräldern, utan utvecklingen kan räddas om barnet i sin omgivning har andra trygga och stabila vuxna som skapar den trygghet som man inte upplever med egna föräldrar (Winnicott refererad av Bowlby 2005 s. 11). Här är daghemmet ett fungerande verk då det finns vuxna vars professionella ansvar är att inge grundtrygghet och uppfylla både basbehov och säkra det livslånga lärandet. Erikssons teori är att utvecklingen beror på konflikter i tidig barndom som relaterar till tillit kontra misstro. Om barnet får den omvårdnad som behovet dikterar är sannolikheten att tilltron till omgivningen ökar, om det däremot vanvårdas skapar det grunden till barnets misstro. Detta hänvisas till spädbarnsåren. En positiv socioemotionell utveckling innebär att barnet motiverat börjar öva på självständighet och förhåller sig flexibelt till olika förändringar i sin miljö. Enligt Erikssons teori kan eventuella negativa erfarenheter eller livskriser generera en negativ utveckling och symptomen kan bl.a. vara tvångsmässiga upprepningar, ambivalens eller ett överdrivet beroende i olika former. Känslor som blyghet, skam och osäkerhet kan uppkomma vid nya situationer, men även vid inrutade vanor. (Erikson, 1968, s. 91-96)

5.3 Människans behov av gemenskap

Eva Dreikurs Ferguson diskuterar i en vetenskaplig artikel för Journal of Individual Psychology, Alfred Adlers teori om människans behov av gemenskap. Adler konstaterade på 1930-talet att människan motiveras av känslan av gemenskap. Adler ansåg att

individens välmående och samhällets välmående var sammanflätade, och beroende av varandra. Han menade att när en individ upplever gemenskap, motiverar det hen att bidra till gemenskapen och arbeta för det gemensamma goda. Adler menade att barn som inte upplever gemenskap och inklusion, strävar till att framstå som speciella och unika, istället för att samarbeta och medverka i gemenskapen. Hans teori var att barn tror att de kan bli en del av gemenskapen genom att vara speciella. Adler ansåg att individens känsla av gemenskap är avgörande för en god mental hälsa. Han talade även mycket om människors behov av att uppleva jämlikhet med varandra. Han konstaterade att ett barn som inte upplever samhörighet med gruppen, tenderar reagera genom att rikta sin energi till självförsvar, och blir motiverat att skydda sig själv. Adler ansåg att det är viktigt att barnet får möjlighet att skapa sig en helhetsbild av sin grupp och sitt samhälle, för att undvika senare psykiska störningar. Han menade att då individen är fokuserad på samarbete och att bidra till samhället, fokuserar hen mindre på sin egen status. Adler menar att detta kan bli ett ekorrhjul, där individen känner sig utanför, och därför agerar avvikande, vilket gör att gruppen stöter bort hen ytterligare. (Ferguson 2010)

5.4 Temperament

En teori är att barnet har ett grundtemperament som kan hjälpa eller försvåra bemötandet av utmaningar. Det är något som är medfött och påverkar hur man hanterar situationer och händelser i livet på ett individuellt sätt, hur man reagerar på yttre stimulans samt hur man hanterar de inre känslorna. Man kan av andra bli beskriven med orden: svårt att anpassa sig eller vara flexibel och man kan vara tålmodig eller otålig som person. Dessa temperament stöter man på redan i spädbarnsåldern och det påverkar även inläringen och ända upp i vuxenåren. Men man skall inte blanda ihop det med personlighet, då personlighet omfattar självbild, självsäkerhet, motiv, social kompetens etc. Det är inte heller en färdig modell på beteende, utan människan kan själv påverka hur man yttrar sitt eget temperament, då det är kontrollerbart. De olika temperamenten kan kombineras. Följande temperament skriver Keltikangas-Järvinen om: Aktiv, Social, Regelbunden, Flexibel, responsiv, Intensiv, Känslig, Enträgen och Humör. Dessa olika temperament kan stöda ett barn i stresshantering, beroende på vilken kombination av temperament hen har. Ett anpassningsbart bemötande av omvärlden som stöder barnets egenskaper gynnar barnets utveckling. (Keltikangas – Järvinen, 2006)

6 METODIK

Det finns många pågående forskningar i ämnet, som utförs såväl globalt som lokalt. Vi har valt att utföra en litteraturstudie, för att ha tillgång till större och mera tillförlitliga forskningar än vad vi själva har möjlighet att utföra inom ramen för detta lärdomsprov. Vi har valt att basera vårt arbete på såväl vetenskapliga artiklar som aktuella forskningar, samt erkänd litteratur gällande barns psykiska välmående. Därtill har vi läst lärdomsprov skrivna av studerande på Arcada, för att vidga vår referensgrund. Vi har även baserat vår text på erkänd litteratur om barns mentala välmående och utveckling.

Vi valde att genomföra en allmän litteraturstudie, eftersom covid-19 är ett relativt nytt fenomen, med begränsad och mycket varierande forskningshistorik. Genom att genomföra en litteraturstudie, ville vi försöka sammanfatta det relevanta material som fanns tillgängligt, för att skapa en helhetsbild av barnens situation under covid-19 samt småbarnspedagogikens del i barnens liv under pandemitiden.

Okoli & Schabram delar in litteraturstudier i tre olika modeller; Teoretisk litteraturstudie, Thesus litteraturstudie, samt Fristående litteraturstudie (Okoli & Schabram 2010 s.3-4). Vår undersökning är en fristående litteraturstudie, där vi enbart fokuserar på vårt tema, och strävar till att skapa en helhetsbild och en omfattande överblick över småbarnspedagogikens och barnens situation under covid-19.

En allmän litteraturstudies forskningsprocess börjar med att man går igenom vilket material man har tillgängligt. Skillnaden mellan allmän litteraturstudie och systematisk litteraturstudie är hur man formulerat sina sökord och hur detaljerade sökord man använt. Man strävar till att få en omfattande bakgrundsbild angående frågeställningen, samt skapa sig en helhetsbild av aktuell information. Man motiverar vald litteratur, beskriver processen som ledde till den litteratur man inkluderade i sin forskning genom att ange sina sökord, valda databaser och avgränsningar. Man bör även motivera vilken litteratur som exkluderats. . Litteraturen bör hålla sig inom sitt eget forskningsområde. Även de etiska aspekterna är relevanta när man väljer sitt forskningsmaterial, och även material som inte stöder forskarens individuella agenda bör inkluderas. Vad gäller vali-

diteten på studierna bör validitet och reliabilitet framgå tydligt. (Forsberg & Wengström 2016)

6.1 Materialurval och datainsamling

Östermark konstaterar i sitt kompendium för forskningsmetodik och avhandlingsarbete för Åbo Akademi, att det finns såväl för- som nackdelar med en litteraturstudie, när det kommer till insamling av data. Han konstaterar att trots att materialet är lätt tillgängligt och komplett, finns risken att viktiga uppgifter saknas, eller att det är svårt att hitta precisa material. (Östermark 2010 s. 21)

Vi insåg att detta kan utgöra ett problem, i synnerhet då Covid-19 är en väldigt ny och oväntad händelse av stor proportion, men vi uppfattade ändå att en form av sammanfattning kunde vara mera givande, än den relativt begränsade kvalitativa undersökningen vi skulle ha möjlighet att genomföra.

Vi utförde våra litteratursökningar i databaserna Ebsco, Eric samt Google Scholar. Som sökord använde vi *småbarnspedagogik, covid-19, Corona, korona, småbarn, familjer, Finland, känsloliv, trygghet* och *oro*. Dessa ord kombinerades i olika former, så att varje kombination måste innehålla covid-19 eller Corona, samt barn, och därtill något eller flera av de övriga sökorden (se bilaga 4). Samma sökningar gjordes på svenska, finska samt engelska. Vi tillät även sökmotorn att föreslå böjningar eller alternativ till sökorden, t.ex. *”early childhood education”* till *”daycare”*, eller *”Corona”* till *”coronavirus”*. Vi lade ”Peer reviewed” som ett krav på allt material, samt ”full PDF”, för att enbart erhålla material som var läsbart utan kostnad. I fall där sökningen gav mer än 50 resultat, sorterade vi dem enligt datum och granskade de 50 första genom en ytlig granskning. Därefter sorterade vi dem enligt relevans, och granskade de 50 första ytligt. Därtill gjorde vi konkreta litteratursökningar på lokala bibliotek, samt läste granskade artiklar i vetenskapliga tidningar. Vi hittade totalt flera hundra texter genom vår sökning. Vi kunde direkt utesluta en stor mängd på grund av bristande kvalitet, relevans eller tillgänglighet. Efter en första sällning kvarstod 67 arbeten. Av dessa valde vi ut 49 texter som vi bekantade oss närmare med. Våra inklusionskriterier var att texten huvudsakligen måste behandla småbarnspedagogik, barn i kris eller covid-19 och barn, samt

vara relevant till det ämne vi forskar i. Exklusionskriterier var bl.a. om texten handlade om barns fysiska hälsa, covid-19:s inverkan på den fysiska hälsan, och material som handlade om småbarns situationer i u-länder, där fokus låg på den materiella sidan. Vi strävade efter att hålla vår beställares perspektiv i åtanke (småbarnspedagogisk verksamhet i Finland). Vi fick diskvalificera en stor del av det material som behandlade barns situation i utvecklingsländer under pandemin, eftersom vi ville hitta material som är relevant för den finska småbarnspedagogiken. Vi uteslöt 16 forskningar som var thesis-arbeten på högskolenivå (9 svenska och 7 finska), 8 forskningar där covid-19 inte var en tillräckligt stor del av frågeställningen eller syftet med arbetet, samt 4 rapporter gjorda för THL (Institutet för hälsa och välfärd) eller OPH (Utbildningsstyrelsen). 5 arbeten uteslöts då de främst fokuserade på barns fysiska hälsa, och 4 arbeten studerade pandemins inverkan på ekonomin och de konsekvenser detta medförde för barn. 2 Arbeten i virtuellt bokformat inkluderades då de kunde ge tydliga och konkreta verktyg för personal inom socialvårdsbranchen som arbetar med barn och familjer.

Vi beslöt att i en sista sällning utesluta även Kovalainen & Riiheläs forskning för Jyväskylän universitet, *Miten 4-6 vuotiaiden lasten oikeudet toteutuvat COVID-19 aiheuttamissa poikkeusoloissa?*, eftersom forskningen var väldigt specifik, och fokuserade enbart på barnens rättigheter.

Materialet vi slutligen valde att inkludera i studien utgjordes av 6 vetenskapliga artiklar, 2 forskningar samt 2 böcker av akademisk litteratur. En lista över det vetenskapliga material vi valt att inkludera i studien och därigenom analysera finns tillgängligt i Bilaga 1.

6.2 Analysmetod

För att kunna jämföra olika former av material med varandra, behöver forskaren utforma en poängsättning för de olika texternas metodologiska kvalitet, för att kunna garantera slutresultatets kvalitet. I praktiken kan detta vara svårt, då olika arbeten givetvis varierar i kvalitet och är svåra att jämföra. Texterna kan då med fördel rangordnas enligt hur väl de överensstämmer med de kriterier forskaren ställt upp för syftet med undersökningen, samt nyckelord i frågeställningarna. De fyra viktigaste frågorna som bör granskas då data bearbetas enligt kvalitativ forskningsmetod är: *Vilka påståenden görs?*,

Vilket redovisat material stöder påståendet?, Är den redovisade källan relevant motiverad? samt Hur stark är källan (finns det andra kvalitativa källor som stöder påståendet)? (Okoli & Schabram 2010 s. 25-28)

En kvalitativ analys av materialet innebär att forskarna fokuserar på människans upplevelser och kommunikation, och kan indelas i fem faser: upprepad genomläsning av materialet, identifiering av nyckelord, sammanfattning av de enskilda resultaten, jämförande av resultat samt skapande av undergrupper eller teman. (Friberg 2012)

Vi valde att följa dessa steg under forskningsprocessen, eftersom vi ansåg att Fribergs fem faser var tydliga, logiska och konkreta. Dessutom uppfattade vi att denna metod passade bra in på vår undersökning.

Vi började med att skapa oss en överblick över materialet, genom att göra en litteraturlista. Vi inkluderade texter vars validitet kontrollerades genom kriteriet: peer reviewed och under vilken instans forskningen gjorts. Vi läste allt material en gång, för att skapa oss en uppfattning av huvudämnet och innehållet i texten. Därefter delade vi upp materialet (5 + 5), och analyserade dem enskilt. Vi skapade en lista över litteraturen vi beslutat använda i denna forskning (se bilaga 1). I bilaga 2 skrev vi sammanfattningar av alla texter, kort om vilka metoder artikeln hänvisar till, samt arbetets syfte, validitet och resultat (se bilaga 2). Vi utarbetade nyckelord och teman (se bilaga 3), och delade in texterna enligt ämne eller tema. Därefter jämför vi de olika resultaten inom sina egna kategorier, och sammanställer slutligen slutsatserna, och sammanfattar resultaten. Vår tidsram för läsningen var 2 månader, och för bearbetningen av texterna reserverade vi 2 månader.

7 ETISKA ASPEKTER

Oberoende av vilken metod vi väljer så kräver det att den information som vi innehar skall skydda forskningsobjektens privatliv och möjlighet till identifiering. I vår forskning innebär detta att vi inte använder litteratur som valt att bryta mot forskningsdeltagarens privatliv eller använt sig av information som är känslig och inte följt de etiska riktlinjerna gällande identitets-skyddet (Jacobsen 2014).

Vi måste dokumentera hur vi intagit informationen och varifrån vi hittat den information som presenteras. Vi får inte utelämna information för vår egen agenda eller personliga åsikter och vi måste försäkra oss om att de personer som deltagit i undersökningarna förstått till vilket ändamål forskningen gjorts. God forskningsetik dikterar att vi inte medvetet för in fel data eller förfalskar data. Vi strävar till att så långt som möjligt i detalj beskriva hur vi gått till väga och vilket tankesätt som legat bakom. Hela forskningsprocessen dokumenteras. Om vi av någon orsak bryter mot de etiska reglerna, bör vi redovisa varför och till vilken nytta vi valt att göra så. (Jacobsen 2014)

Ett av kriterierna när vi sållade igenom de artiklar och den litteratur som valts, var att forskningen hade tydliga ståndpunkter och kunskap för det etiska förhållningssättet när studien gjorts. Detta var en av de viktiga delarna för att kunna avgöra om forskningen varit kvalitativ då den gjorts och om den var validerad som en seriös artikel.

De etiska kraven ligger hos forskaren som i forskningsobjekten och själva helheten i arbetet skall genomsyras av de etiska aspekterna. Skribenten bör inte glömma de moraliska aspekterna, trots att styrdokument om god forskningsetik inte tar ställning till forskningsmoral. (Vetenskapsrådet, 2017)

De etiska principerna för humanforskning, publicerad av den forskningsetiska delegationen, tar i beaktande den forskning som inte är medicinskt belagd men ändå gäller forskning. Då föreskrifter endast dikterar etiska principer för medicin var det behövt att stifta en föreskrift som högskolor och andra forskningsorganisationer förbinder sig att följa. (TENK 2019)

Skribenterna bör diskutera vilka deras etiska värderingar är och försäkra sig om att de känner till och har tagit del av de forskningsetiska föreskrifter som är tillgängliga, samt övervägt nyttan av forskningens ändamål. De bör diskutera respektfullt om de forskningarna och den litteratur de valt att studera inför läroprovet. Skribenterna bör vara objektiva och framförallt noggrant överväga om litteratur som behandlar barn och underåriga varit tillräckligt informativ angående de etiska värderingarna i rapporten. Person-

uppgifter och annan data som kan ge information om individens personuppgifter bör uteslutas. (TENK 2019)

Integritet och annan personlig data kommer inte att vara en faktor som vi kommer att använda oss av då det inte finns någon grund för det och det inte svarar på vår forskningsfråga. När det kommer till litteratur som är fysisk; som böcker, tidskrifter och annan litteratur, är vi ytterst hänsynsfulla till hur vi behandlar materialet så att den information vi läser har möjlighet att gå vidare. Största delen av vårt material kommer att vara virtuellt då det materialet oftast är det mest aktuella.

Data som är insamlad kommer att vara tillgänglig för alla som läser vår forskning och framtida forskare kommer att tillåtas citera vårt arbete. Vi är även noggranna med att hänvisa korrekt till citerad forskningslitteratur, samt dubbelkolla att forskningen är kvalitativ och mångsidig, så att olika perspektiv belyses. Även demografi och sociala förändringar i samhället kommer att uppmärksammas. Data som presenteras är ackurat och det är tydligt definierat hur forskningen har gjorts och vilka variabler som varit relevanta i vår litteraturstudie. (Alasuutari et.al. 2008)

8 RESULTAT

Vi delade in vårt material i 6 temagrupper: Barnets känslor, Barnets omgivning, Småbarnspedagogik, Föräldraskap, Krishantering samt Stödande verksamhet. Barnets känslor innefattade alla de känslor som kan uppstå för ett barn, till följd av pandemin. Temat Barnets omgivning lyfter fram de faktorer som påverkar barnets välmående på micro-, meso-, exo- samt macrosystem-nivå. I temat har dock uteslutits familj och småbarnspedagogik, eftersom vi hanterat dem i egna temagrupper. Temagruppen småbarnspedagogik innefattar alla resultat vi hittat gällande barnets deltagande i småbarnspedagogiken, och temat Föräldraskap handlar om hur föräldrarnas mående och agerande under pandemin har påverkat barnen. Temat Krishantering lyfter fram de resultat vi funnit gällande barns hantering av pandemi-situationen, och i den sista temagruppen, Stödande verksamhet, har vi samlat de råd, tips och förslagna tillvägagångssätt vi hittat i litteraturen, som kunde ha en positiv inverkan på barns välmående under pandemi-tiden.

8.1 Barnets känslor och psykiska hälsa

Barn lever i en signifikant ökad risk för mentala problem och psykisk ohälsa till följd av covid-19, och resurser behöver riktas till ett åtgärdande och förebyggande arbete för barn som lider av psykisk ohälsa till följd av pandemin. Särskild fokus bör riktas till barn som lever i fattigdom. Brist på kontakt med utbildad pedagogisk personal ökar ytterligare riskerna för psykisk ohälsa. De kort- samt långsiktiga effekterna av covid-19 på barn och ungas psyke innefattar bl.a. PTSD, ångest samt beteendestörningar. Barn som kommer ur fattiga förhållanden löper ökad risk pga. underliggande psykosociala stressfaktorer. Pedagoger i barnets omedelbara omgivning är vanligen de första som upptäcker varningssignaler för brister i barns välmående och trygghet, varför dessa pedagogers frånvaro i barns vardag under distansering är oroväckande och bör beaktas. (Masonbrink & Hurley 2020)

Barn och unga kan bli starkt exponerade för biopsykosociala stressfaktorer, och löper större risk att reagera negativt på ändrade rutiner i samhället, då de inte har samma kapacitet att förstå de kort- och långsiktiga konsekvenserna av pandemin. Det har konstaterats att barn som satts i karantän uppvisat en högre grad depression, ångest eller båda. Barn i karantän har även rapporterat att de upplever hjälplöshet, oro och rädsla i högre grad än vad barn som inte är i karantän gör. Covid-19 pandemin har även lett till ökad mängd koncentrationssvårigheter, klängighet, oro och irritation hos barn. Figueiredo et al. har även en teori om pandemins inverkan på den växande hjärnans kapacitet och funktioner, och konstaterar följande: Kroppens reaktion på kronisk stress kan vara skadligt för människans psyke. Oreglerade neuroendokrina immuninteraktioner, dvs en fortgående reaktion i immunsystemet hos det neuroendokrina systemet, kan vara orsaken till psykiatriska problem som observerats hos individer som varit utsatta för karantän. Vid normala akut stressfulla situationer utsöndras kortisol i blodet, som reglerar individens anti-inflammatoriska molekyler. Dessa kontrollerar och reglerar en funktion som hindrar en inflammatorisk respons i kroppen. Det är dock konstaterat att en fortgående stress hos barn och unga kan skapa en störning i detta system, vilket ökar risken för ångest och depression hos dessa individer senare i livet. Därtill kan stress vara en utlösande faktor för neurotisk inflammation hos människan, vilket kan leda till aggressivt beteende, psykos, depression och ångest. Människans centrala nervsystem utvecklas un-

der hela barndomen och en bit in i tonåren, och är under utvecklingsperioder extra känsligt för stress. Om en starkt stressfull period infaller under en utvecklingsfas för det centrala nervsystemet, kan kort- och långsiktiga fysiologiska, kognitiva samt beteendemässiga störningar uppstå. Man har också kunnat konstatera att långvarig stress under barndom korrelerar med höga nivåer CRP (inflammatorisk biomarkör) i vuxen ålder. Forskning har även kunnat påvisa att stress i vissa utvecklingsskeden hos barn påverkar individens kapacitet att reglera rädsla, vilket kan inverka på hens rädslominne. Karantän kan även leda till en minskad mängd utomhusvistelse för barn, vilket ökar individens fallenhet för depression pga. minskad dos solljus, vilket sänker kroppens interleukin-6-nivåer. (Figueiredo et al. 2020)

Imran et al. konstaterar att barn är extra känsliga för stress orsakad av covid-19, eftersom deras förståelse för pandemin och reaktionerna på den är begränsad. Barn har även en mera begränsad kapacitet att hantera stress. De kan inte uttrycka sig lika väl som vuxna, och är känsligare för massmedians rapportering av pandemin. Det ökande antalet smittade och döda, rubbningar i de dagliga rutinerna, distansering och karantän, rädsla att bli smittad, brist på sociala kontakter samt avsaknad av normal skolgång eller småbarnspedagogisk verksamhet skapar en känsla av osäkerhet och ångest hos barn och unga. Små barn visar symptom på stress genom dåligt uppförande, trots och aggressionsutbrott. Barnen kan vara mera gnälliga, aggressiva eller ha svårt att koncentrera sig. De kan även regrediera och uppvisa sömnproblem. Äldre barn och ungdomar kan uppleva besvikelse, leda, frustration, nervositet och ensamhet. Barn med specialbehov kan reagera med frustration, irritation, aggression samt social tillbakadragenhet. De kan även känna sig överväldigade och tics eller tvångshandlingar kan öka i antal. Barn som försatts i karantän kan uppvisa ångest, akut stress och svårigheter att anpassa sig, samt senare även PTSD. (Imran et al. 2020)

Barn följer noga med nyheter och det föräldrar talar hemma gällande covid-19, och skapar sig en uppfattning och åsikt om pandemin utgående från det. En del barn upplever rädsla vad gäller covid-19, men inte alla. Barn upplever oro och ångest då de inte vet hur länge pandemin kommer att fortgå. (Nurhonen et al. 2021)

Helton och Smith skriver om vikten angående den professionellas multikunskap när det kommer till tunga erfarenheter som kriser kan föra med sig. Den ekonomiska problematiken som kan uppstå då en förälder förlorar sitt jobb är en riskfaktor som kan leda till missbruk och mental ohälsa för föräldern. Att involvera tjänstenätverket kan då vara aktuellt. Som förespråkare för barnets hälsa och rättigheter fungerar då den professionella, och tar rollen som den som försvarar den svagaste. Att lyfta upp orättvisor och felbehandling samt vanvård är något som en anställd vårdare alltid måste våga göra. En person som är utbildad inom socialvård bör informera de andra pedagogerna om vilka rättigheter barnet och föräldern har, samt förbereda barnet på ett nivåenligt sätt inför diskussioner som myndigheter inblandas i. Barnets intresse prioriteras alltid högst. De som arbetar med barn bör alltid bekanta sig med protokoll och riktlinjer samt styrdokument som skall vara uppdaterade på arbetsplatsen, och ett fungerande samarbete i ett multiprofessionellt team är ett viktigt ansvarsområde inom småbarnspedagogiken. (Helton & Smith 2014 kap 8)

8.2 Barnets omgivning

Många familjers ekonomi har blivit djupt påverkad av covid-19, vilket skapat socioemotionell och finansiell stress för familjer. Denna stress kan göra det svårt för barn att fokusera på sin skolgång eller småbarnspedagogiska övningar och utvecklingsarbete. Barn som inte deltar i närundervisning i skola eller daghem saknar också den dagliga möjligheten till kontakt med utomstående vuxna som kan erbjuda stöd för barnet. De dagliga rutinerna kan bli bristfälliga till följd av hemskolning eller hemvård av barn, och ingen tydlig insats för att säkerställa tillräckligt stöd för barns psykiska välmående vid återgång till skolor och daghem har gjorts. (Phelps & Sperry 2020)

Vid distansering bör beaktas att mindre bemedlade familjers barn löper större risk att falla efter i utbildningen och det sociala umgänget, då det finns ökad risk att behövlig teknologi (datorer, internet) saknas i hemmet. Barn med specialbehov löper ökad risk att uppleva brister och frånvaro av nödvändigt specialstöd i form av fysioterapi, ergoterapi, talterapi etc. till följd av distanseringen. Barn som stannat hemma under covid-19 löper större risk att uppleva brister i näringsintaget. Denna risk är ökad om familjen är mindre bemedlad. Barn löper större risk att inte få det stöd och den kontroll de behöver gällande

sin fysiska hälsa då besök hos t.ex. skolhälsovård och rådgivning uteblir pga. distansering. Ökad stress i hemmet hos föräldrarna till följd av oro orsakad av pandemin, ökar risken för våld i hemmet, utnyttjande samt försummelse av barn. (Masonbrink & Hurley 2020)

Social distansering är en konstaterad orsak till ökad stressnivå, och forskning har visat att kroppen tenderar längta efter socker och fett till följd av ökad stressnivå. Detta kan leda till övervikt, vilket hos barn och unga kan orsaka strukturella förändringar i synapser, vilket i vuxen ålder kan orsaka problem med inläring och minne. Människan är starkt motiverad att kommunicera med andra individer, och att vara nära sina egna viktiga individer är en grundläggande förutsättning för att människan ska kunna skapa och upprätthålla sociala relationer. Brister på nära kontakt till andra människor leder till minskad kapacitet att känna empati och sympati. Social distansering har även lett till ökade antal fall av våld i hemmet och försummelse av barn. Om familjen redan från tidigare upplevt mycket stress pga. ekonomi, psykisk ohälsa eller t.ex. missbruk, ökar stressnivåerna ytterligare vid en pandemi, vilket ökar riskerna för barnet att bli utsatt i sitt hem. Pandemin har i många fall även lett till ökad skärmtid för barn och unga, vilket i sin tur korrelerar med ohälsosam kost, minskad fysisk aktivitet, sämre språkutveckling, koncentrationssvårigheter samt svagare immunförsvar. Övriga risker för barns psykiska hälsa till följd av pandemin är rädsla, frustration, informationsöverbelastning, försämrad ekonomi och drastiska förändringar i de dagliga rutinerna. (Figueiredo et al. 2020)

Green konstaterar att karantän och distansering leder till ökad risk för våld i hemmet och försummelse av barn. Bristen på utomstående vuxnas insyn i barnets vardag utgör en ökad risk för barns utsatthet, och bristen på vuxet stöd i form av hälsovårdare, kuratorer och pedagoger minskar barns resiliens. Green ser också en risk i familjers rädsla att bli smittade, vilket lett till en minskning på 25 % i besök på sjukvårdsmottagningar i Storbritannien. Samtidigt ökade alkoholförsäljningen med 22 %, vilket ytterligare ökar riskerna för att barn går illa i hemmet. Green konstaterar att denna ökade risk redan syns i form av ökade antal samtal till stödlinjer för barn, samt ökat antal anmälningar på våld i hem till polisen.(Green 2020)

Barn som ligger i största farozonen att påverkas negativt av pandemin är de som lever i fattigdom, de som isoleras, barn som lever i krigszoner samt barn med specialbehov. Medians konstanta rapportering av pandemin, antal smittade och antal dödsfall, kan skapa en stress för barn. Karantän eller isolering ökar risken för våld i hemmet och barnmisshandel. (Imran et al. 2020)

Föräldrarnas erfarenhet påverkar barnen, och motgångar påverkar barnet negativt, då tidigare forskning indikerar att negativa händelser påverkar barnets skolgång. Det är relevant för personal som arbetar med barn och unga att inneha kunskap om hur de bör hantera situationer och kunna identifiera vilka barn som är i behov av stöd, vare sig det kommer till lärandet, social kompetens eller psykiskt välmående. Ett annat verktyg, förutom utbildningen, som stödjer dessa färdigheter är hobbyverksamhet. Genom att ge motivation och utrymme för kreativitet och möjlighet till att uttrycka sig själv, förstärker och bearbetar barn sina känslor, och får nya metoder att hantera stress. (Heinonen et al. 2020)

Många barn reagerade själva på den ökade skärmtiden i samband med isolering och karantän. Barnen upplevde dock att de saknade vänner, släktingar och småbarnspedagogikens rutiner. De flesta barnen ansåg att det var trevligt att vara hemma, och barnen njöt av att ha mycket tid med föräldrarna. (Nurhonen et al. 2021)

De sociala relationerna utvecklas i dagvården, och barnets sociala förmåga utvecklas gradvis i dialog och samvaro med andra. Helton & Smith skriver om hur ett barn som inte får dessa erfarenheter ligger i risk för ett själviskt tankesätt och en omognad inom de sociala normerna och svag samarbetsförmåga inom gruppen. Att ta andra i beaktan och ha socioemotionell kompetens, som att höra olika kommunikationsmetoder och läsa kroppsspråk, utvecklas undermedvetet när vi möter andra människor. Syskon och släktingar samt andra personer inom barnets nätverk fungerar även bra om barnet får möjligheten att delta i diskussioner och blir sedd som individ, och därmed får möjlighet att utveckla de sociala kompetenserna. Barn kan ofta adaptera till olika situationer och kan med tiden anpassa sina kunskaper utanför hemmet, somliga snabbare än andra. En isolering är en riskfaktor för självförtroendet och hanterbarheten av nya sociala interaktioner. Dock måste man hålla i minnet att isolering inte nödvändigtvis har en negativ inverkan

om familjen är aktiv och inkluderande i vardagen, då det finns barn som alltid levt isolerat på grund av var de bor. (Helton & Smith 2014 kap 4 & 5)

Sawyer & Burton poängterar i enlighet med Helton & Smith i handboken om hur man bygger familjens resiliens angående kris, att för de flesta är inte föräldrars mentala hälsa nödvändigtvis en risk för barnen, men risken för påverkan ökar då riskfaktorerna tillkommer. Barn kan bli skrämda av ändringar i föräldrarnas beteende och humörsvängningar som inte går att förutspå. Om föräldrarnas behov inte möts av de tjänster som är tillgängliga, eller tjänsternas resurser är bristfälliga, så finns det en möjlighet att illamåendet växer. Vid arbetslöshet och brist på uppfyllnad av de vardagliga behoven är aktuellt, glöms ofta att social interaktion kan fungera i en positiv bemärkelse där man får byta ord och tankar kring sin egen vardag. Föräldrar med missbrukarproblematik har inte alltid ett behov av social interaktion, vilket forskning bevisat att däremot barnen blir berövade av, då föräldrarna inte gärna tar hem andra barn att ha ansvar över. (Sawyer och Burton 2012 s. 17-18)

8.3 Småbarnspedagogik

Barn som stannat hemma från småbarnspedagogisk verksamhet pga. covid-19 löper risk att bli utsatta för stress, oro och brister i rutiner under pandemitiden. Även brister i näringsrik föda samt stöd av stabila vuxna kan förekomma. Föräldrar kan ha svårt att stöda barnen i skolgången eller den småbarnspedagogiska verksamheten om de själva upplever stor ekonomisk stress och oro. (Phelps & Sperry 2020)

Pedagogiska samfund och instanser behöver arbeta för ett starkare engagemang och mera resurser för att säkerställa barns inläring, hälsosamma kostvanor, fysiska aktivitet samt mentalt och psykiskt stöd under krisen. Resurser behöver insättas för att stöda familjer i distansstudier eller hemmavård av barn, samt för återhämtning vid återgång till öppet samhälle. Särskild fokus behöver riktas på barn med specialbehov. Familjers försämrade ekonomi kan leda till brister i teknologisk utrustning som behövs för distansstudier eller distanskontakt med småbarnspedagogisk verksamhet. (Masonbrink & Hurley 2020)

För barn och unga är den småbarnspedagogiska verksamheten, och senare skolan, en av de främsta sociala arenorna, och utgör barnens främsta möjlighet att öva sitt sociala beteende, skapa sin självuppfattning och uppnå välmående. Forskning har även visat att barn som deltar i småbarnspedagogisk verksamhet eller skola har hälsosammare matvanor, större fysisk aktivitet, mindre aktiv skärmtid samt bättre sovvanor. Socialt umgänge är grundläggande för utvecklande av kognitiv kapacitet, känsloliv, relationer och anknytning. (Figueiredo et al. 2020)

Heinonens (2021) slutrapport om pandemins påverkan på småbarnspedagogiken understöder stipulerandet att de vanor som stödjer en hälsosam vardag uteblir, om barnen inte deltar i utbildningen.

Verksamhetsledarna för småbarnspedagogiska enheter upplevde mycket stress under pandemins framfart, och föll efter i sitt vanliga arbete tack vare ökad mängd palaver gällande covid-19. Cheferna upplevde att deras främsta uppgift var att ta hand om personalen och ha tid att lyssna på såväl personalen som även föräldrarna, då människor ville ventilera sin oro och sina funderingar gällande pandemin. Cheferna konstaterade även att i de fall då de hade tillgång till ett arbetspar, var arbetet mycket lättare och ärenden kunde diskuteras och beslutas kring tillsammans. Det konstaterades även att instruktionerna var väldigt vaga och diffusa, och tillämpningen varierade starkt mellan olika daghem. (Nurhonen et al. 2021)

Deltagande och existentiell oro tas upp i forskningen som Heikkilä gjort. Där kommer det fram att barns inställning till Covid-19 ofta relaterar till hur omgivningen för diskussion kring viruset. Barnens lekar tyder på att de är medvetna om faran med viruset och lekarna är åldersenligt relativt svart-vita: antingen har du coronaviruset och blir sjuk och dör, eller så får du det inte. Alla barnen har inte uttryckt en oro inom småbarnspedagogiken, men de har reagerat på andra faktorer, såsom att lekkamrater saknas eller att fritidsaktiviteter inte hålls. Även den fysiska närheten har påverkats då personalen beordrats att uppmana barnen till distans och uppmuntrat till god hygien. (Heikkilä et al. 2020)

8.4 Föräldraskap

Forskning har visat att barn är beroende av sina föräldrars modeller för att skapa sig sätt att hantera kriser. Barn som haft tillgång till stabila och lugna vuxna hanterar kriser bättre, och visar ett större psykiskt välmående. Forskning har även visat att föräldrar som upplever stor oro och rädsla under en pandemi, tenderar att överföra sin rädsla till barnen. (Phelps & Sperry 2020)

Distansering och hemskolning sätter större krav på föräldrarnas pedagogiska kapacitet och kräver mera närvaro och fokus av föräldrarna. Detta blir särskilt krävande för föräldrar som samtidigt kämpar med försämrad ekonomi eller egen oro och stress genererad av pandemiläget. Föräldrar till barn med specialbehov är särskilt utsatta, då de ofta saknar kunskap att stöda sitt barn i inläring och utveckling på alla plan. (Masonbrink & Hurley 2020)

Föräldrar tvingas ändra familjens dagliga rutiner till följd av pandemin, vilket skapar stress och oro hos föräldrarna. Eventuell ekonomisk stress kan också förekomma, och pandemin kan orsaka rädsla och oro för den egna hälsan. Det ställer också ökade krav på föräldrarnas pedagogiska förmåga om barn utför distansstudier eller vårdas hemma, samt högre mat- och elkostnader. (Figueiredo et al. 2020)

Föräldrar upplever mycket stress under pandemitiden. Isolering och karantän gör att viktigt stöd i andra personer faller bort och det finns mindre möjlighet till personlig tid och personligt utrymme. Saknaden av övrig familj och släkt kan bli stor och frånfallet av bio-, restaurang- och föreningsaktiviteter kan öka stress och nedstämdhet. För att kunna skapa trygga och starka relationer i framtiden, behöver barn en stabil, stödande och vårdande relation till en vuxen. Pandemin kan göra den vuxna rädd och oroad, vilket försvagar den vuxnas kapacitet att ge barnet stöd och stabilitet. Rädslan kan även smitta av sig på barnet. Närmare hälften av föräldrarna till barn under 12 år upplever stor stress och svårigheter att kombinera arbete och vård av barn under covid-19. (Imran et al. 2020)

Helton och Smith har kommit fram till att under barnets första levnadsår är det familjen som har det största inflytandet på barnet, då barnet behöver modell för dialog och ritualer, som t.ex. måltider och andra vardagliga sysslor. Om ett barn av en orsak eller annan inte får dessa behov uppfyllda, som t.ex. när en förälders mentala hälsa inte klarar av att inkludera barnet i dess vardagliga behov, eller på övrigt sätt inte klarar av att sköta dem, kan det bli utmaningar och behoven av vuxna relationer blir mera relevanta. Enligt forskning kommer daghem och skolan in som en stor underlättande enhet i detta sammanhang. Bästa vännerna kommer även i skolåldern och grunderna till relationer skapas i bland annat dagvården. (Helton & Smith 2014)

Föräldrar upplevde covid-19 tiden väldigt olika. En del fann isolering och karantän vara stressfullt och arbetsamt, medan andra såg det som en fin möjlighet att komma sina barn närmare och spendera mera tid med dem. Föräldrar noterade också att isolering ökade barnens tid med pappa i vissa fall. Föräldrar upplevde stor osäkerhet gällande huruvida de hade rätt att föra barnen till dagis eller ej. Somliga upplevde att dagis föraktade dem för att de hämtade barnen, och somliga kände stark kritik från grannar och bekanta. (Nurhonen et al. 2021)

Alla barn reagerar olika på stressfaktorer, vissa är känsligare än andra och det vore oprofessionellt att dra slutsatser om hur barn kommer att påverkas av de händelser som förekommer nu. Det bästa man kan göra i situationen är att stödja barnet, och trots att hemmet är i obalans och i kris kan en rutinerad vardag vara en stor trygghet för barnet, där trygga vuxna bibehålls och kontinuitet i vården prioriteras. Småbarnspedagogiken kan utgöra ett stort stöd om familjen känner att de tappat kontrollen och är hjälplösa. (Sawyer & Burton 2012 s. 31)

Utebliven kontakt med mor-och farföräldrar är en faktor som direkt påverkar barnet i negativ form, om kontakten tidigare varit aktiv. Saknaden av de personer som varit en relevant del av barnets liv kan vara upphov till både ångest och oro. Att förlora en närstående är något som är en verklighet för befolkningen, internationellt, och för att barnen har det varit ett stort orosmoment enligt Heikkilä et al. Barnen har även angett covid-19 som en logisk förklaring om föräldrarna visat sig stressade och arga. I daghems-

kontext beskrev forskningsobjekten att de mötts av frågor som berör oro för familjemedlemmar såsom småsyskon och föräldrar. (Heikkilä et al. 2020)

8.5 Krishantering

Hur ett barn reagerar på kris beror på hur mycket barnet blivit utsatt för akuta situationer, på barnets mentala och fysiska hälsa, familjens socioekonomiska situation och kulturella bakgrund. Barns vanligaste reaktioner på kris är ångest, depression, sömn- och apatitrubbingar samt försämrade sociala kunskaper. (Imran et al. 2020)

Barnens krishantering är i direkt korrelation med vuxnas sätt att behandla kriser. Det kräver att personalen fungerar som en modell för barnen, och personalens förhållningsätt är av stor betydelse. Att låta barnet vara med och diskutera och reflektera kring de olika händelserna stärker självförtroende och barns resiliens. Samvaro är en förebyggande akt, och med trygga relationer och professionella kan barn lättare bearbeta sina känslor, men man bör tillåta tid och utrymme för ett sådant arbete. Detta kräver att man arbetar flexibelt och kan ta sig tid att lyssna då barn är i behov av att bearbeta kriser. Barn kan genom lek och fantasi återuppleva de traumatiska upplevelser som de mött. (Heikkilä et al. 2020)

Helton och Smith delar upp de olika förebyggande och terapeutiska metoderna för krishantering i olika kategorier: Hur man stärker självförtroende och barns resiliens, kreativa aktiviteter som stöder barnets känslohantering, och forskningsbevisad praxis för att stärka den mentala hälsan. Att inte använda sig av genus stereotyper är redan ett etablerat fenomen i småbarnspedagogiken, och den delen är inte relevant i ett daghem som följer planen för småbarnspedagogik. Här kan tilläggas att man inte bör kommentera kläder, stil eller hygien så att barnet uppmärksammar det och får känslan av skam, utan vårdaren kan empatisera de andra goda egenskaperna barnet har så att barnet får en känsla av stolthet. Självverifiering sker när en individs uppfattning om sig själv matchar den sociala strukturen och enligt den teoretiska referensramen förstår barnet sitt jag i interaktioner som ger uppskattning i t.ex. gruppaktiviteter. Ett barn som inte kan ge sitt bidrag i en gruppaktivitet, rationaliserar ofta bort det med olika förklaringar och självförsvarsmekanismen är likadan i ett hem med kontinuerligt våld. Så tidigt som i

två-årsåldern börjar barn utveckla ett självförtroende. Barnets självkänsla kan stärkas när barnet har en person i sitt liv som ständigt påminner dem om att se sig själv i ett positivt ljus. Att betona barnets styrkor och deras rätt att uttrycka sina preferenser kan göra stor skillnad i hur barnet hanterar utmaningar i framtiden. Om personalen är medveten om de olika metoderna och program som stöder barnets självkänsla och aktivt använder dem i vardagen, samt är medvetna om de riskfaktorer eller riskbeteende som bör observeras och analyseras, kan man göra ett arbete som är ändamålsenligt och lukrativt för barnet. (Helton & Smith 2014)

I familjer finns det en massa olika faktorer och livshändelser som kan leda till att familjen inte fungerar på ett fördelaktigt vis. Arbetslöshet, mental ohälsa och saknande av nätverk samt omgivningens inverkan är riskfaktorer som är relativt vardagliga. Olika missbruk och våld kräver ofta mera stödjande tjänster än de som dagvården kan erbjuda. I många av ovannämnda scenarion kan föräldern upplevas som instabil enligt barnet och därmed utstråla otrygghet. Många barn får då nytta av Finlands utbildningssystem som erbjuder stabilitet, men några kan motsätta sig de krav skolan ställer tillbaka. Barnen kan känna ett behov av distraktion och motvilja att diskutera sina känslor.Handledning och uppmuntran samt inspirerande modellinlärning kan då fungera som ett lockande element. Ett barn som går igenom en kris kanske inte genast ger utlopp för känslor som ångest och oro, utan förändring sker ofta i beteendet. Aggressivitet, irritation och trötthet är några av de vanligaste reaktionerna på kris. För att arbeta med krishantering bör vårdaren då känna till de olika känslor en kris kan föra med sig och de följer långvarig stress kan ge. Att diskutera med föräldern och barnet hjälper till att kartlägga behovet av stöd, men att dra egna slutsatser är inte att uppmuntra. Om man känner sig osäker bör man alltid konsultera professionella inom området. När en familj går igenom en kris rubbas ofta rutinerna och nya starka känslor kan uppenbara sig som inte tidigare funnits. Att använda ett hälsoprogram kan hjälpa barnet med krishantering och i att relatera till problemen. Det är viktigt att den professionella våga diskutera med familjen. Vid dödsfall och andra tragedier bör man uppmärksamma händelsen genom en respektfull stund som ger vackra och rofyllda minnen till barnet. (Sawyer & Burton 2012)

Genom skolning och material kan föreståndaren inom småbarnspedagogiken ge mera resurser till personalen, som i sin tur kan använda sig av krishantering i verksamheten.

Att gå igenom olika förfaringssätt och vilka faktorer som bör uppmärksammas vid en kris kan även vara till nytta då det ibland kräver påminnelse, speciellt hur man bemöter plötsliga utmaningar. Några av de förebyggande råd som Nurhonen et.al. angav, var att förbereda sig genom att läsa säkerhetsplaner och behålla ett fördomsfritt förhållningssätt så att man inte blir handfallen när det sker något oförväntat.

8.6 Stödande verksamhet

Skolor och samhällsledare behöver samarbeta för att skapa ett stödande system för distansstudier och hemvård av barn, särskilt hos familjer med barn med specialbehov, eller mindre bemedlade familjer. Riktlinjer för upptäckande av varningssignaler och förebyggande barnskyddsarbete bör förstärkas. Kunskap om och verktyg för distansskolning och hemvård av barn behöver förstärkas och stödas, ökad information om barns näringsbehov och hälsa bör delges föräldrar och uppsökande barnskyddsarbete bör förstärkas. Pedagogiska ledare behöver förbereda sig och planera för långsiktiga effekter av covid-19 hos barn och unga. (Masonbrink & Hurley 2020)

Figueiredo et al. konstaterar, att trots att risken är stor för ökad stress och oro vid eventuell karantän och distansering, kan det även i vissa familjer föra familjemedlemmarna närmare varann, och skapa tid och tillfälle för stärkandet av banden mellan barn och föräldrar. Det kan ge en ökad ”vi-känsla” och gemenskap i familjen. (Figueiredo et al. 2020)

Genom att se barnen, tala med dem, beakta dem i besluten som görs gällande hanteringen av pandemin, samt förklara situationen för barnen, kan man gynna barnens psykiska välmående och känsla av trygghet. (Green 2020)

Barn behöver upplysas om distansering och handhygien, och barnets frågor bör besvaras noggrant och ärligt. Föräldrarna bör vara så nära barnen som möjligt, och massmedians rapportering bör begränsas. Familjen bör bygga upp hållbara och hälsosamma rutiner i hemmet, och barnet bör ha tillgång till mycket fysisk närhet med föräldrarna (kramar och mys). Med äldre barn är det viktigt att skapa bra rutiner, undvika vila på dagen, och ta vara på de sociala kontakterna via telefonen och videosamtal. Därtill behöver famil-

jemedlemmarna tänka på att skapa fasta rutiner gällande mat- och sovtider, ta vara på möjligheten att skapa närmare kontakt till varandra, involvera barnen i vardagen och hemsysslor, tala öppet och ärligt om det barnen funderar över, samt komma ihåg att ta hand om sitt eget välmående. (Imran et al. 2020)

Småbarnspedagogisk verksamhet behöver tydligare instruktioner och riktlinjer inför kriser som covid-19. Ledarna för småbarnspedagogisk verksamhet borde ha ett arbets-par, vilket skulle underlätta arbetet i krissituationer. Möjligheterna till distanspedagogik behöver utvecklas. Personal upplevde oro för barn som isolerades hemma med instabila föräldrar, samt för barn med specialbehov. (Nurhonen et al. 2021)

Att ge riktlinjer och stöd för familjen är ett alternativ som kan ha en positiv inverkan. Att konsultera och aktivt inkludera familjen i beslut angående barnets vård kan återge känslan av kontroll. Ett av de viktigaste verktygen man kan ha med sig när man bemöter föräldrar och vårdnadshavare i kris är medkänsla och förståelse, då man visar att den professionella kan empatisera och förstå föräldrarnas känsla. (Sawyer & Burton 2012 s. 31)

Genom att bekräfta och stärka vårdarens självkänsla gällande barnets vård och uppfostran kan föräldern få ett bättre självkänsla som kan resultera i positiva upplevelser för familjen. Om det finns möjlighet att ordna sociala evenemang där föräldrar får kontakt med andra föräldrar är detta även en stödande och avslappnande möjlighet att få känslan av att tillhöra en gemenskap. Att vara lyhörd och genast ta tiden att lyssna på barnet då hen vill berätta om sina upplevelser är ett bra sätt att få barnets talan hörd. Sawyer och Burton poängterar att ett barns resiliens kan förfalla fast man en gång nått önskade resultat. Att regelbundet påminna barnet om sina interna styrkor, motivation och målsättningar, både för barnet och familjen, fungerar som en stark stödåtgärd och förebyggande i arbetet med krishantering. Att erbjuda barnet känslan av att lyckas med den aktivitet som barnet övar är viktigt i situationer där barnets självsäkerhet rubbats. När man planerar sin verksamhet måste man ta i beaktning och överväga hur man vill hantera situationer som övar åldersenliga färdigheter, då det inte alltid är så lätt ifall ett barn är i behov av krishantering. Att erbjuda barnet en känsla av kontroll inom den småbarnspedagogiska vardagen kan även hjälpa då barnet annars kan känna sig hjälplös i vardagen. Påmin-

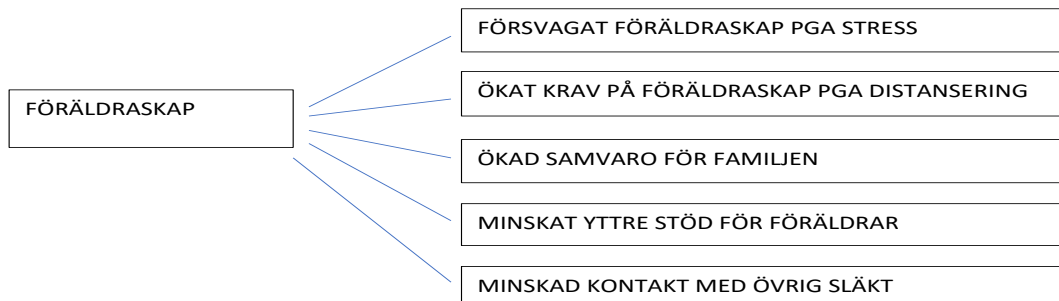
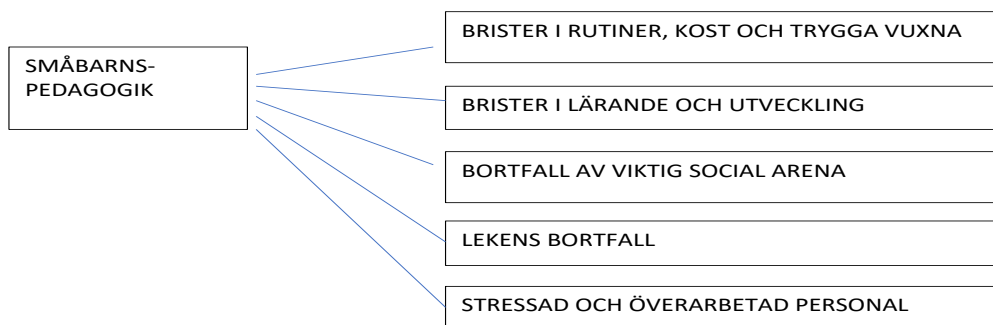
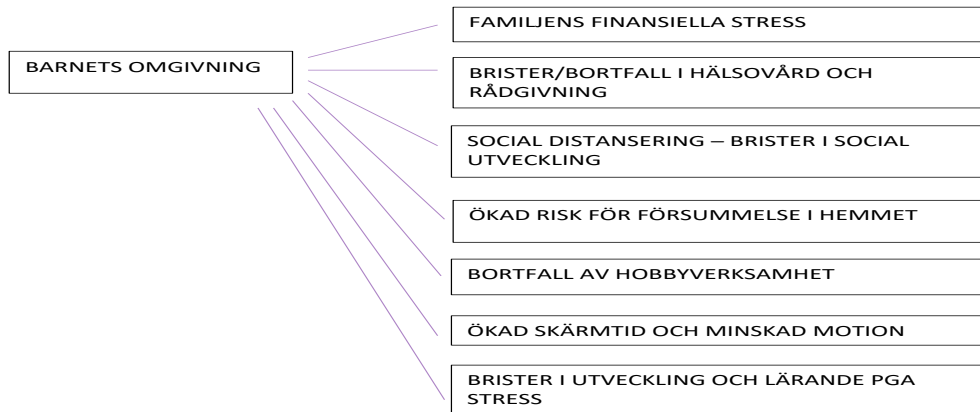
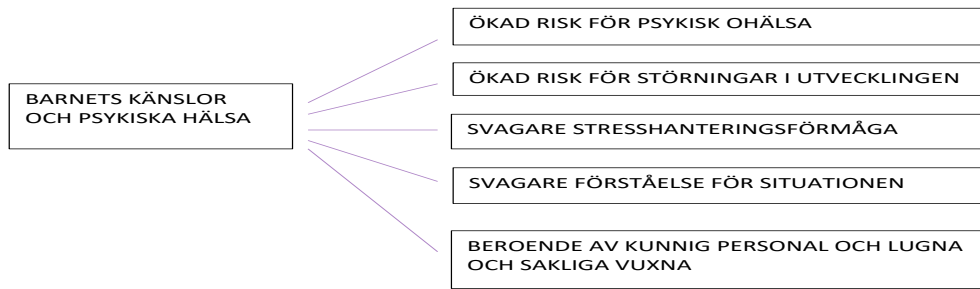
nande om framtidsplaner är något som även inger hopp i barnet. (Sawyer & Burton 2012 s. 32 – 34)

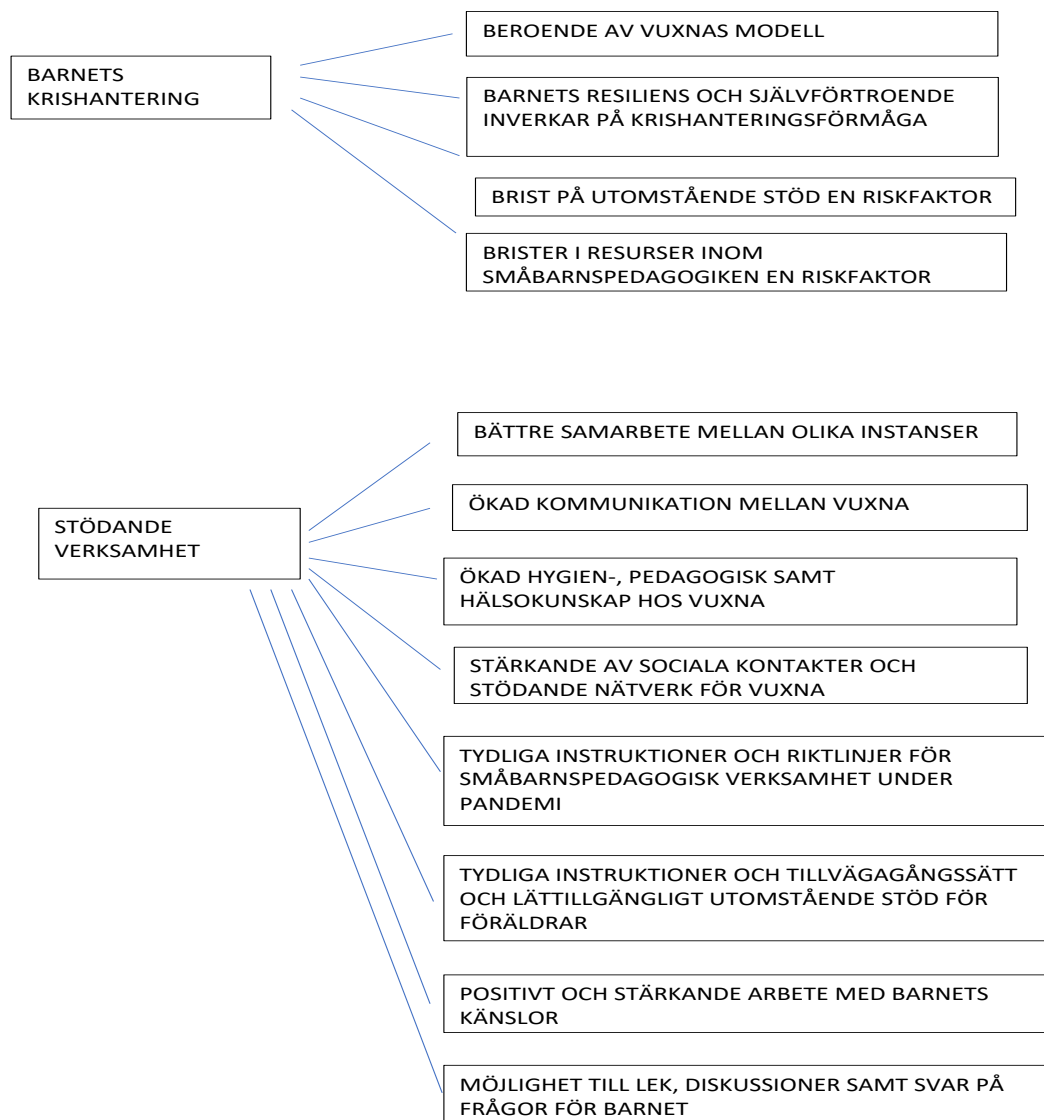
Barnens känslor bör uppmärksammas då barnen ofta leker lekar som indikerar att de är i en stressig miljö eller går igenom något som de bearbetar. Genom personalens observation kan den professionella rekommenderas att på allmän nivå diskutera de känslor som kan finnas i situationer som barnet hypotetiskt upplever. Genom att hänvisa till sig själv anekdotiskt kan man få barnet att öppna upp om de känslor den känner och den professionella kan hjälpa barnet att sätta namn på det som barnet behandlar. Man måste vara observant på att barnet inte känner sig utpekad eller under press, och man bör aldrig ställa ledande frågor som gör att barnet kan svara på frågan på ett vinklat sätt som inte återger hens egen verklighet. Genom att ge exempel på situationer som kan leda till den känsla barnet eventuellt upplever, kanske genom lek, teater och sagor, kan man få barnet att känna igen sin egen situation och eventuellt börja bearbetningsprocessen. Barn kan även ha lättare att diskutera känslor genom objekt som t.ex. dockor. (Helton & Smith 2014 s.31).

Även Heikkilä skriver om lekens betydelse då barnet i leken utövar många olika egenskaper, såsom problemlösning, konfliktlösning och dialog med andra barn. Det är ett sätt för barnet att hantera de olika händelserna i livet. Att pedagogen då ger utrymme för leken är ett viktigt moment. Att sedan finnas där för att förklara och göra barnet delaktig i en åldersenlig informationsöverföring kan få barnet att känna sig tryggare då hen har något konkret som kunskap. (Heikkilä et.al. 2020)

När hobbyverksamhet och andra aktiviteter som fungerar förebyggande för den sociala kompetensen minskar, kan man försöka uppmuntra till verksamhet som är självständig. Vid behov skall tröskeln att ta kontakt med sociala tjänster vara låg och småbarnspedagogisk personal bör nyttja dem till fullt. (Heinonen et al. 2020)

Vi har sammanfattat våra resultat i en figur (Figur 1, s. 34-35) som kan göra det lättare att få en överblick över hur de olika temaområden vi valt blivit påverkade av Covid-19.





Figur 1: Sammanfattning av resultat

9 RESULTATDISKUSSION

Den första frågan vi sökte svar på i detta arbete var följande: *Hur påverkar Covid-19 pandemin barns psykiska mående?*

Konsekvenserna för barns psykiska mående under covid-19 kan delas in i kort- och långsiktiga symptom. På kort sikt har man kunnat konstatera en ökning av oro, rädsla, ångest, stress, osäkerhet, aggressioner, tillbakadragenhet, segregering samt rastlöshet.

Barns sömnproblem, minskning i fysisk aktivitet samt rapporterade fall våld i hemmet har också ökat. De långsiktiga konsekvenserna kan forskare ännu enbart spekulera kring, men oron finns för att vi i framtiden kommer se mera depression, ångest, PTSD samt olika former av psykiska sjukdomar till följd av de omständigheter som barn levit i under covid-19s framfart.

Barns omgivning ändrade i många fall radikalt till följd av covid-19:s utbrott. Rutinerna ändrade såväl i hemmet som i samhället, och risken var stor att familjens ekonomi ändrade, det sociala umgänget minskade radikalt, barnens kost-, aktivitet- och sömnvanor ändrade, och risken för våld i hemmet ökade. Många barn miste tillgång till pedagogisk- och vårdpersonal, de föll efter i utbildningen, och barn med specialbehov kunde bli utan sitt stöd. Barnen upplevde i regel att ökad tid tillsammans med föräldrarna var positivt, men saknaden av kompisar och socialt umgänge samt småbarnspedagogikens rutiner var stor.

Den andra frågan vi sökte svar på var: *Hur kan småbarnspedagogiska enheter stöda barns psykiska välmående under och efter Covid-19?*

Inom småbarnspedagogiken upplevdes stor oro för barnen som isolerades hemma, då risken fanns att barnen stannade hemma med föräldrar som inte hade krafter att sköta såväl barn som distansjobb. Ledarna för småbarnspedagogiska verksamheter upplevde stor stress då arbetsbördan ökade radikalt, och de upplevde att instruktioner och procedurer som uppkom till följd av covid-19 var vaga, otydliga och svårtolkade. Distanspedagogiken var för o-utvecklad och ostrukturerad för att bidra med en fungerande verksamhet, och oron för barn med specialbehov var stor.

Ett av de repeterande resultaten var vikten av känslobearbetning och ett lyhört observerande av förändringar i barnets beteende, både i leken och i verksamheten. För att hjälpa barnet med att öka hans resiliens så att de långvariga följderna kanske skulle vara hanterbara krävs det av personalen en öppen dialog med föräldrarna och gärna en pedagogik som fokuserar på att hantera de händelser barnet utsätts för, utan att bli hen blir utpekad. Vid behov skall det finnas resurser som har expertis inom området och tröskeln skall vara låg för att kontakta dem. Barnets medium är nästan alltid lek och när barnet

får utrymme för sin kreativitet kan känslor eventuellt diskuteras på ett allmänt plan. Det som för forskarna var en tanke som inte tidigare uppmärksammats var hur man diskuterar saker genom egna erfarenheter och genom det kanske kan få barnet att känna igen situationen som man själv beskriver. Genom att använda sig själv som modell och exempel kan man tänka att det inte för barnet känns lika hotfullt, då barn i småbarnspedagogiken ännu håller sin egen familj som normen och inte har kunskap om varierande förfaringssätt. Om det då kommer till alkohol, våld, fattigdom eller annan utmaning, kan barnet inte se objektivt på saken utan blir ofta ensamma tvungna att hantera det, för det är det hen vet om. När man återknyter till den teoretiska referensramen beskriver Keltikangas-Järvinen (2006) vikten av att hitta de rätta modellerna som fungerar för det enskilda barnet, vilket i sin tur betyder att vårdaren bör vara bekant med barnet och förstå dess grundtemperament och arbeta kring de egenskaper som styrker det temperament och färdigheter barnet har.

Att pedagoger är professionella och har kunskap om olika avvikande beteendemodeller och att personalen är bekant med barnet är det mest lukrativa. Inspirerande och aktivt lyssnande och bemötande av barnet och familjen kan underlätta situationer och att ge en trygg vardag. Tyvärr är detta för tillfället inte en garanti då personalsituationen på daghemmen är i obalans. Men med god inledning på arbetsplatsen och handledning skulle ombyte av personal kunna minimeras. Föreståndare kan understöda personalen med att inte ha för stora krav och införskaffa resurser och material som stöder arbetet med barnens mentala hälsa. Dock kommer det ofta en kostnadsfråga emot och det har inte synliggjorts i vår litteratur, trots att det är en relevant faktor. Många av de åtgärder som angavs var även politiska och är för stunden inte påverkbara, trots att behovet finns.

Föräldraskapet borde få ett hänsynsfullt och empatiskt bemötande då det diskuteras med familjen. Personalen inom småbarnspedagogiken bör vara medvetna om vilka tjänster man kan hänvisa till, och hurdant stöd det finns att erbjuda. Att skapa en gemenskap kan kännas tungt för personalen på daghemmet då de olika restriktionerna gör att det inte alltid är möjligt att producera program som höjer föräldrarnas delaktighet och ger dem en chans till diskussion med andra vuxna. Småbarnspedagogiken fokuserar mycket på barnets deltagande, vilket är bra. Att skapa en samhörighet även föräldrar emellan, visar forskning ger en positiv effekt. I utmanande situationer är det viktigt att personalen kan

bemöta föräldern och diskutera eventuella problem. Barnskyddsanmälan kan göras och personalen skall alltid stå upp för barnet vid konflikter. Att säkerställa att barnet får knyta sociala kontakter under dagen och att handleda barn som inte hemifrån får de stöd eller erfarenheter som är nödvändiga, är något som småbarnspedagogiken kan arbeta för.

Stödjande verksamhet fungerar förebyggande samt stärker resiliens, så att barnet har större chans att använda sina kompetenser i framtiden då hen möter motgångar och utmaningar. Att lägga en god grund och resurser i tidiga barnår har det visat sig fungera stärkande för barnets karaktär och hur hen bemöter livet. Med en motiverad pedagog som har kunskap och motivation att utöva aktiviteter, vet vikten av att planera och utvärdera sin egen verksamhet samt har förmåga att kritiskt granska sitt eget engagemang och sin didaktik, kan barnets utveckling och mentala hälsa stödas. Vikten av att förstå och internalisera grunderna för planen inom småbarnspedagogik hjälper till att organisera verksamheten.

Om vi återknyter våra resultat till bakgrunden för arbetet samt den teoretiska referensramen, kan vi konstatera att risken är stor att många barns grundläggande behov riskerats under pandemin. De första, fysiologiska behoven, dvs behovet av näring, vatten, luft att andas, sömn, värme och sex (Mathes 1981), har legat i riskzonen i form av sömnproblem till följd av oro, försvagad kost till följd av försämrad ekonomi eller bortfall av småbarnspedagogisk verksamhet. Det andra grundläggande behovet hos barn, behovet av trygghet, har forskning också kunnat konstatera försämrats nämnvärt, då föräldrar upplevt stress och oro inför pandemin, och därför inte haft resurser att vara närvarande för sina barn och inge trygghet. Även barns ändrade rutiner och vardag har varit en orsak till försämrad trygghetskänsla. Det tredje grundläggande behovet, behovet av kärlek och social samvaro, är möjligen det grundbehov som påverkats mest av pandemin, då småbarnspedagogik delvis fallit bort från barnets vardag och social distansering rekommenderats. Detta korrelerar även med Adlers teori om människans behov av gemenskap, samt hans tanke om att människans och samhällets välmående är sammanflätade (Ferguson 2010). Teorierna om anknytning blir också viktiga att lyfta fram i analysen av resultaten, då en god anknytning förutsätter en närvarande och trygg

vuxen (Hwang & Nilsson 2003 s.134), och de forskningar vi analyserat visat att vuxna upplevt svårigheter att orka med vardagen och själva känt stor otrygghet.

Minkkinen konstaterar att barnets funktionsförmåga delvis påverkas av hens yttre omständigheter samt de begränsningar och möjligheter som samhället ger barnet (Minkkinen 2015 s.31-32). Detta torde tyda på att covid-19-pandemin mycket troligt påverkat barns funktionsförmåga. Minkkinen konstaterar också att barnets funktionsförmåga starkt påverkar hens framtid och mående, vilket man kan anta utgör de långtidssymptom som forskningarna förutspått.

Utbildningsstyrelsen lyfter fram småbarnspedagogikens viktiga funktion för barnets välmående och utveckling (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 26), och i forskningen framkommer tydligt att bristen på småbarnspedagogisk verksamhet påverkat barnen. Bristen på gemenskap, sociala kontakter och bekanta rutiner har konstaterat ökat barns stressnivåer, oro, irritation och ångest.

Vi har valt att skapa en kort och konkret sammanfattning av de mest centrala faktorerna vi hittat i vår undersökning, som kunde underlätta det småbarnspedagogiska arbetet under pandemi-tiden. Sammanfattningen finns i form av en check-lista som bilaga 5. Vi hoppas denna lista kunde fungera som ett verktyg i vardagen för småbarnspedagogisk och övrig socialvårds-personal.

10 METODDISKUSSION OCH SLUTSATS

Vi upplever att vi valt en fungerande metod för vårt arbete och det vi ville uppnå med forskningen. Vi fann det aningen svårt att bokföra litteratursökningsprocessen tillräckligt noggrant och omfattande, men uppfattade att de övriga momenten i forskningen fungerade bra. Under arbetets gång framkom flera nya vinklingar vi kunde använt i vår forskning som hade varit intressanta, men vi valde att hålla oss vid vår ursprungsidé'. Vi upplever fortfarande att en enkätundersökning som vi hade haft kapacitet att genomföra hade gett ett ganska magert och intetsägande resultat, varför vi fortfarande uppfattar att en litteraturstudie som sammanfattar större utförda forskningar i ämnet ledde till ett mera tillförlitligt resultat. Om vi nu startade upp en liknande forskning, skulle vi vara mera noggranna med dokumenteringen av de olika arbets-faserna, vi skulle tydligare utarbeta gemensamma grundregler i början av forskningen, som t.ex. små detaljer kring

vilka förkortningar vi använder i våra texter, vilken modell av källhänvisning vi använder, samt hur vi refererar andra texter. Detta skulle underlätta bearbetningen av grammatiken samt korrekturläsningen. Vi skulle däremot inte ändra vår metod eller vårt tillvägagångssätt gällande forskningsupplägg. Vi skulle möjligtvis välja att enbart utgå från *en* frågeställning om vi genomförde en forskning som denna igen, men vi upplever att de två frågor vi ställt upp för detta arbete var nödvändiga för att skapa den helhetsbild vi ville erbjuda beställaren i detta fall.

Fortsatt forskning inom ämnet kunde vara långsiktig uppföljning av det psykiska välmåendet, social kapacitet och allmänt välbefinnande hos individer som varit barn då covid-19 pandemin bröt ut. Vi vill även tillägga att vår forskning är aktuell just nu, men om ett par år kan eventuellt resultaten avvika och vårt arbete vara föråldrat. Men de åtgärder vi dokumenterat är baserat på barns välmående och kan därför även idkas i framtiden.

Om en liknande situation som covid-19 uppkom igen finns det flera faktorer som kunde gynna barns välmående. Det vore det gynnsamt för barn som deltar i småbarnspedagogisk verksamhet om verksamheten ökade antalet professionella anställda, strävade till att skapa möjligheter för barn att delta i verksamheten (t.ex. i form av mindre grupper), om ledningen höll en aktiv och tät kontakt med föräldrarna och strävade till att ge dem tid att tala och ventilera sina tankar och sin oro. Barnen i verksamheten kunde gynnas av att man öppet talade om situationen och fokuserade mycket på barnens känsloliv. Ett hållbart system för kommunerna att säkerställa att barn som inte deltar i småbarnspedagogisk verksamhet ändå har möjlighet till tillräcklig näring dagligen kunde framarbetas, och tydliga instruktioner, råd och tips för föräldrar kunde arbetas fram (i form av webbsida/instruktionsbroshyr eller dylikt). Kommuner kunde även delta i avgifter för lokala utomhus-verksamheter (slalombackar, simskolor osv) för att stöda föräldrar i aktiveringen och socialiseringen av barn då familjens ekonomi blivit lidande pga. pandemin. Föräldrar kunde uppmuntras (via media) att försöka ersätta barns skärmtid med t.ex. gemensamma spelstunder med brädspel, och nyheter gällande pandemin kunde koncentreras till en kanal för att ge människor en möjlighet till paus från nyhetsflödet. Dagvården kunde om möjligt även ha uteverksamhet som föräldrarna får ta del i och genom att utbilda och utveckla personalens kompetenser stärka föräldraskapet genom diskussion. Ombytligheten av personal bör man sträva till att minimera och vid behov

av vikariat, välja bekanta personer med ett professionellt förfaringsätt. Den sympatiska egenskapen för pedagogerna bör ligga i fokus och uppmuntras och för det krävs ett ledarskap som även borde få tid för att värna om sina anställda. Med ett gott ledarskap, blir de anställdas välmående bättre, och mår de anställda bra så är det i direkt korrelation med barnen. Utbildning och kurser, samt material som stärker den mentala hälsan borde vara tillgängligt och pedagogerna borde uppmuntras till att använda materialet. För att hitta det ändamålsenliga materialet bör ledningen och team-ledarna vara i kontakt med experter inom yrket såsom t.ex. special-barnträdgårdsläraren. Man har även rättigheter att rådfråga barnskyddet om råd i olika situationer. Det finns redan material inom småbarnspedagogiken som är användbart eller kan införskaffas, som exempel: Föra barnet på tal av (mieli.fi), Se det goda – aktivitetskort och Folkhälsans mångsidiga utbud av känslöhantering och övningar i att bygga sociala relationer.

KÄLLOR

- Alasuutari, P., Bickman, L. & Brannen, J., 2008, *The SAGE handbook of social research methods*, Sage Publications inc. Tillgänglig: <http://dspace.vnbrims.org:13000/xmlui/bitstream/handle/123456789/4679/The%20SAGE%20Handbook%20of%20Social%20Research%20Methods.pdf?sequence=1#page=112> hämtad: 13.11.2021
- Bowlby, R., 2005, *Bowlby, The making and breaking of affectional bonds*, Routledge, New York s. 11-13 Tillgänglig: <https://ereader.perlego.com/1/book/1613329/9> hämtad: 29.10.2021
- Ekstrand, T., 2021, *Pandemier genom historien*, Linköpings universitet, Tillgänglig: www.forskning.se/2020/07/06/idag-accepterar-vi-inte-sjukdom-och-dod/ hämtad: 20.11.2021
- Eriksson, E.H. 1968 *Identity, youth and crisis*, W.W. Norton & Company, Inc. New York. Tillgänglig: <https://pdfcoffee.com/qdownload/erik-h-erikson-identity-youth-and-crisis-1968-w-w-norton-amp-company-1-pdf-free.html> Hämtad: 30.1.2022
- Ferguson, E., 2010, Adler's Innovative Contributions Regarding the Need to Belong, *Journal of Individual Psychology*, vol. 66, nr. 1, s. 1-7
- Figueiredo, C., Capucho Sandre, P., Lima Portugal, L., Mazala de Oliveira, T., Silva Chagas, L., Araujo dos Santos, A., Oliveira-Silva Bomfim, P., 2020, COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors, *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, vol.106, nr.11, 110171

- Forsberg C. & Wengström Y., 2016, *Att göra systematiska litteraturstudier*, Natur och kultur, Stockholm, 4 upplagan
- Friberg, F., 2012, *Dags för uppsats – vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*, Studentlitteratur AB, Lund
- Green, P., 2020, Risks to children and young people during covid-19 pandemic, *the BMJ*, 2020;369:m1669 Tillgänglig: <https://www.bmj.com/content/bmj/369/bmj.m1669.full.pdf> Hämtad: 8.10.2021
- Heikkilä M., Furu A-C., Hellman A., Lillvist A. & Rantala A., 2020, *Barns deltagande i förskole- och daghemskontext under inledningen av coronavirusets utbrott i Finland och Sverige*, Tillgänglig: <https://doi.org/10.5324/barn.v38i2.3703> Hämtad: 24.10.2021
- Helton, L. & Smith, M., 2014, *Mental health practice with children and youth*, Tillgänglig: <https://www.perlego.com/book/1662762/mental-health-practice-with-children-and-youth-a-strengths-and-wellbeing-model-pdf> hämtad: 24.10.2021
- Heinonen, S., Lehtonen, J., Rantanen, T., Salasuo, M., Salmivalli, C. & Toivanen, O., 2020, *Koronakriisin sosiaalisia vaikutuksia erityisesti lapsiin ja nuoriin voidaan ennakoida ja pehmentää*, Tillgänglig: <http://minedu.fi/-/koronakriisin-sosiaalisia-vaikutuksia-erityisesti-lapsiin-ja-nuoriin-voidaan-ennakoida-ja-pehmentaa> - - <https://okm.fi/documents/1410845/4996910/Tutkijoiden+n%C3%A4kemyksi%C3%A4+koronaepidemian+vaikutuksista+ja+tarvittavista+toimenpiteist%C3%A4.pdf/c2128ade-43e4-03ac-6037-aa7b02877493/Tutkijoiden+n%C3%A4kemyksi%C3%A4+koronaepidemian+vaikutuksista+ja+tarvittavista+toimenpiteist%C3%A4.pdf?t=1586265235000>
- Hwang P., Lundberg I., & Smedler, A-C., 2012, *Grunderna i vår tids psykologi*, Författarna och Natur och Kultur, Stockholm s. 191 – 192

- Hwang, P. & Nilsson, B., 2003, *Utvecklingspsykologi*, Natur och Kultur, Stockholm, s. 134 - 137
- Imran, N., Zeshan, M. & Pervaiz, Z., 2020, Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic, *Pak J Med Sci.*, Vol 36, Nr. COVID-19-S4
- Jacobsen, D-I., 2014, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, 2 uppl., Studentlitteratur, Lund.
- Jay, M., 2021, *Sigmund Freud – Austrian psychoanalyst*, Encyclopedia Britannica, Tillgänglig: www.britannica.com/biography/Sigmund-Freud hämtad: 20.11.2021
- Keltikangas-Järvinen L. 2006, *Temperamentti ja koulumenestys*, WSOY, Juva
- Masonbrink, A. & Hurley, E., 2020, Advocating for Children During the COVID-19 School Closures, *Pediatrics Perspectives*, vol. 146, nr. 3, September Issue
- Mathes, E., 1981, Maslow's Hierarchy of Needs as a Guide for Living, *Journal of Humanistic Psychology*, vol. 21, nr 4, s. 69-72
- Minkkinen, J., 2015, *Lapsen hyvinvointimalli*, Akademisk avhandling, Tammerfors Universitet, Tampere University Press, Tammerfors
- Nurhonen, L., Chydenius, H. & Lipponen, L., 2021, *Korona tuli kylään – tutkimushankkeen loppuraportti*, publikation för Utbildnings- och Kulturministeriet, Helsingfors Universitet, tillgänglig: https://tuhat.helsinki.fi/ws/portalfiles/portal/163983646/Korona_tuli_kytaan_tutkimushankkeen_loppuraportti.pdf hämtad: 3.12.2021

Okoli, C. & Schabram, K., 2010, A Guide to Conducting a Systematic Literature Review of Information Systems Research, *Sprouts: Working Papers on Information Systems*, vol. 10, nr 26

Phelps, C. & Sperry, L., 2020, Children and the COVID-19 Pandemic, *American Psychological Association*, vol. 12, nr. S1, s. S73-S75 Tillgänglig: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-39582-001.pdf> Hämtad: 9.10.2021

Sawyer, E. & Burton, S., 2012, *Building resilience in families under stress*, Jessica Kingsley Publisher, Tillgänglig: <https://www.perlego.com/book/952771/building-resilience-in-families-under-stress-second-edition-supporting-families-affected-by-parental-substance-misuse-and-or-mental-health-problems-a-handbook-for-practitioners-pdf> Hämtad: 24.10.2021

Statsrådet, 2021, *Lapset, nuoret ja koronakriisi*, Tillgänglig: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162647/VN_2021_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y Hämtad: 11.10.2021

TENK, 2019, Tillgänglig: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_ettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2019.pdf hämtad: 13.11.2021

THL, 2021, *Coronavirusvarianter*, Tillgänglig: <https://thl.fi/sv/web/infektionssjukdomar-och-vaccinationer/aktuellt/aktuellt-om-coronaviruset-covid-19/smitta-och-skydd-coronaviruset/coronavirusvarianter> hämtad: 24.10.2021

Utbildningsstyrelsen, 2018, *Grunderna för Planen för Småbarnspedagogik*, Tillgänglig: https://www.opf.fi/sites/default/files/documents/grunderna-for-planen-for-smabarnspedagogik-2018_0.pdf Hämtad: 11.10.2021

Vetenskapsrådet, 2017, *God forskningsed*, Stockholm,

Tillgänglig: <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forskningsred.html> hämtad: 13.11.2021

WHO, 2021, tillgänglig: <https://covid19.who.int/> hämtad: 20.9.2021

Östermark, R., 2010, *Forskningsmetodik och Avhandlingsarbete*, Kompendium för Åbo Akademi, tillgänglig: www.web.abo.fi/fak/esf/gha/lectures/afa/forskningsmetodik/forskningsmetodik.pdf hämtad: 7.11.2021

BILAGOR

Bilaga 1: Litteraturlista

Författare	Titel	Årtal	Källa
Figueiredo, C., Capucho Sandre, P., Lima Portugal, L., Mazala de Oliveira, T., Silva Chagas, L., Araujo dos Santos, A., Oliveira-Silva Bomfim, P	<i>COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors</i>	2020	Artikel i vetenskaplig tidskrift: <i>Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry</i> , vol.106, nr.11, 110171
Green, P.	<i>Risks to children and young people during covid-19 pandemic</i>	2020	https://www.bmj.com/content/bmj/369/bmj.m1669.full.pdf
Heikkilä, M., Furu, A-C., Hellman A., Lillvist A. & Rantala A.	<i>Barns deltagande i förskole- och daghemskontext under inledningen av coronavirusets utbrott i Finland och Sverige</i>	2020	https://www.ntnu.no/ojs/index.php/BARN/article/view/3703
Helton, L. & Smith, M.	<i>Mental health practice with children and youth</i>	2014	https://www.perlego.com/book/1662762/mental-health-practice-with-children-and-youth-a-strengths-and-wellbeing-model-pdf
Heinonen, S., Lehtonen, J.,	<i>Koronakriisin sosiaalisia vaikutuksia eri-</i>	2020	https://okm.fi/-/koronakriisin-sosiaalisia-vaikutuksia-erityisesti-lapsiin-ja-nuoriin-voidaan-

Rantanen, T., Sa- lasuo, M., Salmi- valli, C. & Toiva- nen, O.	<i>tyisesti lapsiin ja nuoriin voidaan ennakoida ja pehmentää</i>		<u>ennakoida-ja-pehmentaa</u>
Imran, N., Zes- han, M. & Per- vaiz, Z.	<i>Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic</i>	2020	Artikel i vetenskaplig tidsskrift: , <i>Pak J Med Sci.</i> , Vol 36, Nr. COVID-19-S4
Masonbrink, A. & Hurley, E	<i>Advocating for Children During the COVID-19 School Closures</i>	2020	Artikel i vetenskaplig tidsskrift: <i>Pediatrics Perspectives</i> , vol. 146, nr. 3, September Issue
Nurhonen, L., Chydenius, H. & Lipponen, L.	<i>Korona tuli kylään – tutkimushankkeen loppuraportti</i>	2021	https://tuhat.helsinki.fi/ws/portalfiles/portal/163983646/Korona_tuli_kytaan_tutkimushankkeen_loppuraportti.pdf
Phelps, C. & Sperry, L.	<i>Children and the COVID-19 Pandemic</i>	2020	https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-39582-001.pdf
Sawyer & Burton	<i>Building Resilience in families under stress</i>	2012	: https://www.perlego.com/book/952771/building-resilience-in-families-under-stress-second-edition-supporting-families-affected-by-parental-substance-misuse-and-or-mental-health-problems-a-handbook-for-practitioners-pdf

Bilaga 2: Materialsammanfattning

FÖRFATTARE: Figueiredo et al. 2020	TITEL: <i>Covid-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health</i>
VALIDITET:	Undersökningen är gjord med stöd av Brazilian National Institute of Science and Technology on Neuroimmunomodulation (CNPq) samt Rio de Janeiro Neuroinflammation Research Network (FAPERJ). Camila Saggioro de Figueiredo startade och designade studien, och E. Giestal de Araujo, A. Araujo dos Santos och P. Oliveira-Silva Bomfim granskade studien. Samtliga skribenter forskare inom neuropsykologi eller neurobiologi vid brasilianska universitet.
SYFTE:	En vetenskaplig artikel om Covid-19:s inverkan på barn och ungas mentala hälsa, och eventuella inverkan på hjärnans utveckling. Syfte att skapa diskussion mellan hälsovård och statliga verkare gällande barns behov och behovet av förebyggande insatser, och påtrycka påbörjandet av en uppföljningsundersökning gällande barn och ungas mentala utveckling till följd av covid-19.
METOD:	Forskningen är en litteraturstudie, där forskarna sammanfattat aktuella forskningar samt deras resultat gällande covid-19.
RESULTAT:	Forskarna konstaterar att effekterna som covid-19 har på barn och unga kan delas in i två olika kategorier: Direkta beteendemässiga och sociala konsekvenser: Stress och hopplöshet, bristfälligt näringsintag, våld och trauma i hemmet,

	<p>mellanmännsliga- och samhällelig återhållsamhet samt sensoriskt berövande och försummelse. Möjliga långsiktiga konsekvenser av covid-19:</p> <p>Underutvecklade kretsar i hjärnan, övervikt, drogmissbruk, brister i känslohantering, psykiatriska problem och självmordstankar.</p>
<p>FÖRFATTARE: Green 2020</p>	<p>TITEL: <i>Risks to children and young people during covid-19 pandemic</i></p>
<p>VALIDITET:</p>	<p>Dr. P. Green är ordförande för National Network of Designated Healthcare Professionals for Children vid St. George's University Hospital i London. Han är utbildad rättsläkare, som specialiserat sig inom barnskydd. Han arbetar även som lärare, föreläsare och forskare.</p>
<p>SYFTE:</p>	<p>Syftet med artikeln är att sprida kännedom om de risker barn står inför till följd av covid-19. Green strävar efter att uppnå en reform av det förebyggande arbetet inom barnskydd, och öka kännedom om de åtgärder som krävs för att hantera de långsiktiga konsekvenserna av covid-19 för barn och unga.</p>
<p>METOD:</p>	<p>Artikeln är baserad på erkänd litteratur och aktuella forskningar i barns situation och mående under covid-19.</p>
<p>RESULTAT:</p>	<p>Green konstaterar att Storbritannien behöver fokusera på barn och unga mera, tala till dem, engagera sig och uppnå större förståelse över deras situation. Landet behöver reformera sin approach till barn, ta dem i större beaktande och arbeta aktivt för att reducera de konsekvenser covid-19 haft och har för barn och unga på lång sikt.</p>

FÖRFATTARE: Heikkilä et al. 2020	TITEL: <i>Barns perspektiv under coronavirusets framfart</i>
VALIDITET:	Forskning gjord angående Corona pandemins påverkan på småbarnspedagogiken. I samarbete med Åbo akademi, Göteborgs universitet, Örebro universitet och Umeå universitet. Heikkilä fungerar som biträdande professor i Åbo universitet, Furu som projektforskare, Hellman och Lillvist är universitetslektor i Sverige. Rantala's titel är oklar.
SYFTE:	Forskningen vill svara på hur restriktionerna påverkat småbarnspedagogiken utgående från personalens perspektiv. Största frågorna angående barnets deltagande i småbarnspedagogisk verksamhet och dess inflytande på utvecklingen av resiliens.
METOD:	Metoden är kvalitativ datainsamling som bedömt ger ett relevant empiriskt material. Man fokuserar på att ge röst till deltagarna genom enkätfrågor, varav fyra stycken var bakgrundsfrågor och sex frågor handlade om barnens reflektioner angående viruset.
RESULTAT:	Personalen har upplevt stress, ledningen har känt behov av arbetspar och vikten av att våga diskutera problematiska ämnen med familjen lyfts fram.
FÖRFATTARE: Heikonen et al. 2021	TITEL: <i>Hur vårdnadshavare och pedagoger bör hantera barn som genomlever kris-situationer</i>
VALIDITET:	En forskning gjord i utbildnings- och kulturministeriets intresse och personerna som svarar är utbildade specialister inom området.

SYFTE:	Forskarnas ger sin expertis angående koronaepidemins inverkan på barnen och tolkning på vilka åtgärder som bör tas i bruk för att barn och personal inom småbarnspedagogiken skall må så bra som möjligt och för att negativa följder skall minimeras.
METOD:	Artikeln baserar sig på svar som forskare gett när utbildningsministeriet frågat om utmaningar inom området.
RESULTAT:	Forskarna konstaterar att mera resurser inom området och mera tjänster tillgängliga med låg tröskel för de som är i svagare positioner i samhället. De föreslår även att mera kreativa hobbyn kan underlätta krisen för den enskilda människan. Man föreslår även att prioritera förebyggande verksamheter och att stöd och forskning skall riktas mot skolor och daghem.
FÖRFATTARE: Helton & Smith 2014	TITEL: <i>En bok om barns grundbehov och mentala hälsa</i>
VALIDITET:	Lonnie R Helton och Mieko Kotake Smith är båda pedagoger som lär ut olika förfaringssätt inom det sociala området. Författarna är doktorer inom sitt yrke och har många publikationer som gett konkreta verktyg för arbetet inom fältet
SYFTE:	Boken är till för att ge exempel och verktyg för personer som arbetar inom fältet och därmed förklara varför dessa metoder fungerar i vilka situationer. Man grundar sina metoder på forskning som gjorts inom fältet.
METOD:	Boken baserar sig på kvalitativa studier och forskning. Dessa ligger som grund för att ge mervärde för att de konkreta

	handlingar som de anekdotiska exemplen beskriver.
RESULTAT:	Författarna lyfter fram metoder som är användbara inom arbete med barn, och förklarar metodernas funktioner.
FÖRFATTARE: Imran, Zeshan och Pervaiz 2020	TITEL: <i>Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic</i>
VALIDITET:	Artikeln är skriven av Dr. N. Imran, docent vid avdelningen för Barn- & familjepsykiatri vid King Edward Medical University, Dr. M. Zeshan, assisterande professor vid Child Psykiatri Rutgers New Jersey Medical School, samt Dr. Z. Pervaiz, doktorand vid avdelningen för Psykiatri och Beteendevetenskap vid King Edward Medical University.
SYFTE:	Syftet med artikeln är att öka beslutandeorgans förståelse för barn och ungas känslor och reaktioner på pandemin. Skribenterna talar för att samhället skulle prioritera befolkningens mentala hälsa som en avgörande komponent i all form av samhällsledd respons på pandemin.
METOD:	Artikeln är utförd som en litteraturstudie. Imran startade upp arbetet, gjorde litteratursökningar, koordinerade arbetet och kontrollerade texten. Zeshan deltog i litteraturanalyser och skrivarbetet. Pervaiz deltog i litteraturanalysen, skrivarbetet och den slutliga granskningen.
RESULTAT:	Skribenterna drar i sin artikel slutsatsen; att ignorera de direkta och långsiktiga effekterna av covid-19 på barn och unga vore en katastrof, och att man nu behöver fokusera på att bygga upp barns och ungas resiliens genom bättre kom-

	<p>munikation gällande deras rädslor och oro, uppmuntra till bra rutiner och fysisk aktivitet och försöka åtgärda ensamhet hos unga. De konstaterar även att det är viktigt att föräldrar sköter sin egen mentala hälsa och föregår med gott exempel för barnen.</p>
<p>FÖRFATTARE: Masonbrink & Hurley 2020</p>	<p>TITEL: <i>Advocating for Children During the COVID-19 School Closures</i></p>
<p>VALIDITET:</p>	<p>Dr Abbey Masonbrink är MD och MPH vid Department of Pediatrics vid Children's Mercy & School of Medicine vid Missouri-Kansas city University. Emily Hurley fungerar som PhD samt MPH vid samma instans. Artikeln är granskad och godkänd av American Academy of Pediatrics.</p>
<p>SYFTE:</p>	<p>Syftet med artikeln är att lyfta fram vikten av tillräckliga resurser och stödåtgärder för barn och unga vid distansskola eller stängning av daghem under covid-19. Författarna försöker belysa de kort- och långsiktiga problem som kan uppstå som ett resultat av att barn genomför skolgången hemifrån, eller inte deltar i daglig småbarnspedagogisk verksamhet.</p>
<p>METOD:</p>	<p>Masonbrink och Hurley kontextualiserade artikeln, skapade manuskriptet för den, granskade artikeln kritiskt samt reviderade den. Både Masonbrink och Hurley godkände det slutliga arbetet och tar fullt ansvar för innehållet i sin helhet. Artikeln är godkänd för publikation 11.06.2020</p>

RESULTAT:	Skribenterna konstaterar att stängning av skolor och daghem som en följd av covid-19 skapar ett omedelbart hot för barn och ungas hälsa och välmående, och speciellt för de barn och unga som lever i fattigdom. Man behöver prioritera forskning och planerande för en trygg och fungerande återgång till öppna skolor och daghem, med extra stöd för barn med specialbehov. Man behöver också vidta större åtgärder för att försäkra barn och ungas tillgång till näringsrik och hälsosam kost samt möjlighet till primärvård. Mera resurser behöver också riktas till förebyggande och uppsökande arbete bland barn och unga.
FÖRFATTARE: Nurhonen, Chydenius & Lipponen 2021	TITEL: <i>Korona tuli kylään – forskningsavhandling slutrapport</i>
VALIDITET:	Undersökning gjord genom Helsingfors Universitets understöd i samband med övningsdaghemmens- projektet. Lipponen professor inom småbarnspedagogiken
SYFTE:	En vetenskaplig artikel om hur barn uppfattar och upplever pandemisituationen.
METOD:	Barn bearbetar känslor genom ett kreativt yttrande. De producerar material och leker lekar som speglar vardagen och de upplevelser barnet har. Genom leken förde barnen en dialog sinsemellan som upplevdes byggande för den mentala hälsan.
RESULTAT:	Undersökningen konstaterar att forskningen genom detta projekt ger mera kunskap om vilka metoder som är användbara för personalen och lukrativa för barnens välmående

	inom småbarnspedagogiken. Artikeln ligger som grund för vidare utveckling inom området.
FÖRFATTARE: Phelps & Sperry 2020	TITEL: <i>Children and the COVID-19 Pandemic</i>
VALIDITET:	Chavez Phelps arbetar vid Department of Applied Clinical and Educational Sciences vid Indiana State University, och Linda Sperry arbetar vid Department of Educational Psychology vid Indiana State University. Artikeln är färdigställd 30.04.2020, granskad och godkänd 08.05.2020. Skribenterna poängterar att detta är en första utskrift, då ämnet är tidskänsligt.
SYFTE:	En artikel skriven för American Psychosocial Association gällande barn och covid-19. Syfte med artikeln är att lyfta fram den mångfacetterade problematiken kring skolors och daghems nedstängning, samt belysa de problem som kan uppstå för barn och ungas hälsa till följd av nedstängningen.
METOD:	Phelps och Sperry har tillsammans planerat, byggt upp samt granskat artikeln. Metodiken är enbart svagt belyst i artikeln, då den arbetades fram snabbt för att vara aktuell och tidsmässigt akkurat.
RESULTAT:	Skribenterna konstaterar att samhället behöver lägga stor vikt och tillräckliga resurser på planerandet samt genomförandet av skolors och daghems återöppnande efter covid-19. De poängterar att de barn och unga som återvänder till skolor och daghem kan vara traumatiserade, fysiskt svaga, psykiskt illamående samt socialt svaga och exkluderade. Barnens skolgång kan vara grovt försvagad och det finns en stor risk för att en del av barnen ligger långt efter i skolgången.

FÖRFATTARE: Sawyer & Burton 2012	TITEL: <i>Building resilience in families under stress</i>
VALIDITET:	Publikationen är gjord för personal och studerande inom de sociala tjänsterna i Amerika och författarna är utbildade inom området och utbildar personal inom National Childrens Bureau.
SYFTE:	Publikationen definierar olika problemområden och risker som leder till kris inom familjen och hur arbetaren kan förebygga och förhålla sig till familjer i kris.
METOD:	Genom forskningar och kvalitativa studier, samt litteratur beskriver författaren hur man kan utnyttja den kunskap som finns. Anekdotiska exempel finns med, men tyngdpunkten ligger hos personalens förhållningssätt.
RESULTAT:	Metoderna är ändamålsenliga för förebyggande arbete men den fokuserar mycket på risker och handlingar som redan sker i barnets värld och kan leda till utmaningar i den mentala hälsan.

Bilaga 3: Temaindelning

BARNETS KÄNSLOR	NURHONEN et al.	FIGUEIREDO et al.	HEINONEN et al.
	IMRAN et al.	HELTON & SMITH	SAWYER & BURTON
	MASONBRINK & HURLEY		
BARNETS YTTRE OMSTÄNDIGHETER		FIGUEIREDO et al.	IMRAN et al.
	GREEN	PHELPS & SPERRY	HEINONEN et al.
	HELTON & SMITH	MASONBRINK & HURLEY	SAWYER & BURTON
SMÅBARNSPEDAGOGIK	HEIKKILÄ et al.	HEINONEN et al.	MASONBRINK & HURLEY
	NURHONEN et al.	PHELPS & SPERRY	FIGUEIREDO et al.
KRISHANTERING	HEINONEN et al.		
	IMRAN et al.	HELTON & SMITH	SAWYER & BURTON
	HEIKKILÄ et al.	NURHONEN et al.	
FÖRÄLDRASKAP	FIGUEIREDO et al.	MASONBRINK & HURLEY	IMRAN et al.
	PHELPS & SPERRY	SAWYER & BURTON	
STÖDANDE VERKSAMHET	FIGUEIREDO et al.	GREEN	IMRAN et al.
	MASONBRINK & HURLEY	HELTON & SMITH	HEINONEN et al.

Bilaga 4: Datainsamlingstabell

SÖKORD Svenska / Finska / Engelska	ANTAL TRÄFFAR PER DATABAS Svenska / Finska / Engelska
Småbarnspedagogik + Covid-19/ Varhaiskasvatus + korona / early childhood education + Covid-19	Google Scholar: 2 / 6 / 302 Ebsco: 0 / 0 / 115 Eric: 0 / 0 / 121
Småbarn + Covid-19 / pienet lapset + korona / small children + Covid-19	Google Scholar: 168 / 5 / 579 Ebsco: 0 / 0 / 36 Eric: 0 / 0 / 1
Familj + Covid-19 / Perhe + korona / Family + Covid-19	Google Scholar: 23 / 9 / 12341 Ebsco: 0 / 0 / 8671 Eric: 0 / 0 / 385
Finland + barn + Covid-19 / Suomi + lapsi + korona / Finland + children + Covid-19	Google Scholar: 1 / 21 / 49 Ebsco: 0 / 0 / 34 Eric: 0 / 0 / 348
Känsloliv + barn + Covid-19 / Tunne- elämä + lapsi + korona / Emotional life + children + Covid-19	Google Scholar: 0 / 0 / 417 Ebsco: 0 / 0 / 8 Eric: 0 / 0 / 1
Trygghet + barn + Covid-19 / Turval- lisuus + lapsi + korona / Security + children + Covid-19	Google Scholar: 9 / 4 / 325 Ebsco: 0 / 0 / 234 Eric: 0 / 0 / 36
Oro + barn + Covid-19 / Huolestunei- suus + lapsi + korona / Worry + chil- dren + Covid-19	Google Scholar: 6 / 0 / 306 Ebsco: 0 / 0 / 113 Eric: 0 / 0 / 2

Bilaga 5: Check-lista för att stöda barn under pandemi-tiden

1.	RUTINER	Rutiner och en trygg vardag stöder barnets resiliens och möjligheten att förutspå kommande handlingar utgör en trygghetsfaktor.
2.	LEKENS BETYDELSE	Leken har en stor betydelse för barnet då barnet genom leken kan bearbeta sina känslor, tankar och upplevelser. Leken bör observeras och delvis handledas av en vuxen.
3.	ROLLEKAR	Rollekar, anekdoter och sagor hjälper barnet att känna igen sin egen situation och greppa den, utan att bli utpekad.
4.	KÄNSLOR	Verksamhet och diskussioner kring känslor, samt arbete med att sätta namn på det barnet känner, hjälper barnet konkretisera och känna igen sina känslor.
5.	MEDVETEN NÄRVARO	Medveten närvaro krävs för att uppfatta dialog som förs barn emellan. Den vuxna bör även vara lyhörd för barnets beteende, kroppsspråk och behov.
6.	KREATIVITET	Kreativ verksamhet kan hjälpa barnet att beskriva och bearbeta sina känslor .
7.	DELAKTIGHET	Att låta barnet vara delaktigt i arbetet kring familjens utmaningar ger barnet en känsla av kontroll och delaktighet, samt ökar förståelsen för situationen.
8.	PROFESSIONALITET	Det är viktigt att personalen har ett öppet förhållningssätt och inte gör sina egna värderingar synliga.
9.	HANDLEDNING	Personalen bör få handledning och kunskap om olika riskfaktorer inom sitt arbete under pandemin.
10.	RESURSER	Mera resurser bör riktas till social- och hälsovårdstjänsterna, och tröskeln för samarbete mellan olika professioner bör sänkas.
11.	KUNSKAP	Familjer bör få tillräckligt med kunskap och information om vilka stöd och tjänster de har tillgång till.
12.	FAMILJARBETE	Familjearbete och familjens delaktighet bör ha en

		större roll i det förebyggande arbetet.
13.	FÖRSTÅELSE	Pedagogen bör ha förståelse för att för barnet är hens familjeliv normen, och hen har eventuellt inte insikt i att något i hens vardag är skadligt för hen eller hela familjen.
14.	MOD	Pedagoger och övrig socialvårdspersonal bör ha mod att ta utmanande och oroväckande ämnen till tals med familjer då det finns en misstanke om risk för familjens välmående.
15.	BARNENS RÄTTIGHETER	Pedagoger och övrig personal bör försöka upprätthålla och säkra barnens rättigheter, och stöda barnen och svara om myndigheter inblandas.