

# EXAMENSARBETE

# MASSAGE I SKOLAN

*Ett försök att förändra barns uppfattning  
av sin skolmiljö*

HELEN LINDBERG  
HEIDI TEPPOLA

**PEDAGOGUTBILDNINGARNA**

BARN- OCH UNGDOMSPEDAGOGISK UTBILDNING  
med inriktning mot arbete som fritidspedagog  
VT 2003

*Vetenskaplig handledare: Majbritt Persson*

# Massage i skolan

- ett försök att förändra barns uppfattning av sin skolmiljö

HELEN LINDBERG

HEIDI TEPPOLA

INSTITUTIONEN FÖR LÄRARUTBILDNING  
Luleå Tekniska Universitet

BARN- OCH UNGDOMSPEDAGOGISK UTBILDNING  
med inriktning mot arbete som fritidspedagog  
VT 2003

*Vetenskaplig handledare: Majbritt Persson*

## **Förord**

Först av allt vill vi börja med att tacka vår handledare under VFU:n Annica Johansson för all tid hon har gett oss till att utföra vårt arbete. Hon har dessutom stöttat oss med många goda råd och tips. Vi vill även tacka barnen i klassen, för den tid vi har fått vara med dem. Ett stort tack vill vi också ge till personalen på skolan och särskilt klassläraren i berörd klass. Slutligen vill vi tacka vår vetenskaplige handledare Majbritt Persson för hennes stöd och engagemang. Utan hennes hjälp hade vi inte fått ihop arbetet.

Luleå maj 2003

Helen Lindberg och Heidi Teppola

## **Abstrakt**

Syftet med vårt examensarbete var att undersöka om och på vilket sätt barnens uppfattning av sin skolmiljö kunde förändras genom regelbunden massage. Samt vilka förändringar i skolmiljön som kunde observeras. Undersökningen gjordes i en klass med 12 barn i årskurs ett. Vi hade regelbunden massage med barnen tre tillfällen i veckan under vår VFU. Vi har kommit fram till resultatet genom att intervjua alla barn i klassen vid två olika tillfällen, ett innan vi började med massagen och ett i slutet av VFU:n. Vi har även observerat barnen genom att använda oss av observationsscheman och ostrukturerade observationer under hela VFU:n. Vår slutsats av resultatet visar att barnens uppfattningar om sin skolmiljö kan förändras genom regelbunden massage. Det visade sig på så sätt att de blev mer medvetna om sin skolmiljö. Vi har även kunnat se skillnader i deras skolmiljö genom våra observationer, då konflikterna minskade.

# Innehållsförteckning

## FÖRORD

## ABSTRAKT

## INNEHÅLL

<b>BAKGRUND .....</b>	<b>1</b>
Koppling till styrdokument .....	1
Vad är massage? .....	2
Massagens historia .....	2
<i>Massage i Sverige</i> .....	3
Beröring .....	3
Tidigare forskning om massage .....	4
<b>SYFTE .....</b>	<b>5</b>
Precisering .....	5
<b>METOD .....</b>	<b>6</b>
Försökspersoner .....	6
Bortfall .....	6
Material .....	6
Val av metoder .....	6
Genomförande .....	7
<i>Tidsplan</i> .....	7
<i>Intervjuer</i> .....	7
<i>Observationer</i> .....	7
<i>Massage</i> .....	8
<b>RESULTAT .....</b>	<b>9</b>
Intervjusammanställning .....	9
Observationssammanställning .....	11
<b>DISKUSSION .....</b>	<b>12</b>
Reliabilitet .....	12
Validitet .....	12
Resultatdiskussion .....	12
Sammanfattning .....	13
Fortsatt forskning .....	14
<b>REFERENSER .....</b>	<b>15</b>
<b>BILAGOR</b>	

## Bakgrund

Vi valde att arbeta med massage för att vi först och främst är intresserade av ämnet. En annan orsak är att massage har blivit lite av en ”trendfluga” i skolorna. Många pedagoger har förespråkat för oss vilken positiv effekt massage har gett i deras skolmiljö. De menar att det har blivit mycket lugnare i skolan efter att de har börjat med massage. Däremot har de inte kunnat visa på någon dokumenterad forskning om hur massage egentligen påverkar skolmiljön. Därför blev vi intresserade av ämnet och bestämde oss för att göra ett eget arbete, som undersöker massagens påverkan på skolmiljön.

Vi anser att barn ofta får alldeles för lite beröring i dagens stressade samhälle. Många barn är stressade av det höga tempot som råder i vardagliga livet, i hemmet, skolan och fritiden med alla aktiviteter som ska hinnas med. När vuxna är stressade påverkas även deras barn av det. Däremot brukar barn inte säga till när de är stressade, istället får de ont i huvudet, magen, blir oftare förkylda, nedstämda eller gnälliga. De kan också få svårare att sova och kan drömma mardrömmar oftare (Sanner, 2002). Med massage tror vi att vi kan ge barnen ett verktyg i konsten i att stressa av. Genom att arbeta med massage vill vi få barnen att våga använda sig av beröring, så att de kan beröra varandra på ett positivt sätt. Med det menar vi att barnet ska tänka till så att barnet inte slår en kompis som t.ex. har råkat stöta till denne. Genom massage där barnen tar i varandra tror vi att barnen kan få en förståelse för kroppskontakt av olika slag. Exempelvis att det gör ont att bli slagen och att det är skönt att bli masserad.

Att få massage regelbundet ger alltså både fysiologiska och psykologiska effekter. När jag har blivit berörd, har någon också mött mig. Jag har blivit sedd och accepterad och även upplevt min kropp, dess storlek och form på ett sätt som det är svårt att göra ensam. Barn som fått mycket massage lär ha bättre kroppsuppfattning än andra barn (Sanner, 2002, s.18).

I vårt examensarbete vill vi undersöka ifall vår föreställning, om att massage kan ha en lugnande effekt i skolmiljön och att det kan bidra till att barnen lär sig att ta mer hänsyn till varandra, visar sig vara riktig. Vi tror att barnen kan lära sig att respektera och ta hänsyn till varandra genom massage. Vi vill även att de ska få uppleva att det är en förmån att få massage, men också att det är en förmån att få ge massage till någon.

## Koppling till styrdokument

Massage har på olika sätt bevisats ha en lugnande effekt på människor (Jelvéus, 1998). I styrdokumentet, Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, kan vi hitta följande stycken vilka vi tolkar som stöd för användandet av massage i skolan, eftersom massage kan ge de effekter, som skolan skall främja i en barngrupp.

Skolan skall främja elevernas harmoniska utveckling. Detta skall åstadkommas genom en varierad och balanserad sammansättning av innehåll och arbetsformer (Utbildningsdepartementet, 1999, s. 8).

Vi anser att när barnen blir lugna skapar det i sin tur en harmonisk stämning bland barnen. Istället för en teoretisk genomgång i hur man ska vara mot varandra och hur man är en bra kompis kan man göra det praktiskt först genom massage och diskutera det efteråt. Massage är

utmärkt att använda som avslutning på ett idrottspass, så att barnen hinner få en chans att lugna ner sig innan de ska vidare till andra lektioner. Det kan även vara bra att använda sig av massage i början av skoldagen. Barnen får då en mjukstart på dagen, då de får möjlighet att berätta om något som de vill delge de andra i klassen. På så sätt har de fått prata av sig det som annars skulle uppta deras tankar då de ska börja koncentrera sig på skolarbetet. Samtidigt övar sig barnen att lära sig att lyssna på varandra.

Skolan skall sträva efter att varje elev respekterar andra människors egenvärde (Utbildningsdepartementet, 1999, s. 9).

Genom massage anser vi att barnen kan lära sig att de själva och de andra barnen har ett värde i sig själva. De kan lära sig också att de är värda att få och ge massage. I den här stunden kan barnen upptäcka att någon som annars står utanför i klassen också är värd att bli masserad och att denne kan vara den personen som ger massage. Barnen som är utanför får i massagen bli synliga på ett sätt som de kanske inte annars blir. Då känner de att de är värda någonting och resten av gruppen kan också inse det. Genom detta upptäcker barnen att alla har ett egenvärde och är värda respekt.

Skolan skall sträva efter att varje elev känner trygghet och lär sig att ta hänsyn och visa respekt i samspel med andra (Utbildningsdepartementet, 1999, s. 11).

Genom våra tidigare erfarenheter har vi sett att i massagen måste barnen lära sig att respektera varandra, exempelvis om någon inte vill bli masserad en dag eller på något visst ställe på kroppen. En grundförutsättning för massage är att känna sig trygg i gruppen. Denna trygghet kan byggas upp genom beröring och massage. Samtidigt lär sig barnen att ta hänsyn till varandra. De tränar sig i att visa hänsyn till varandra genom massagen. Det kan de göra genom att lyssna till den de masserar, till exempel hur denne vill bli masserad.

## **Vad är massage?**

Massage innebär tryck och tånjning på vävnaderna, speciellt på muskler, blodkärl och hud. Forskning visar att massage påverkar det autonoma nervsystemet som sedan reflexmässigt ökar blodcirkulationen. Den klassiska massagen är grunden för all massagebehandling och är ofta tillräcklig för att lindra smärta och värk (Axelson, 1995). Axelson skriver vidare:

Massagens viktigaste uppgift är att lösa upp spänningar i musklerna. Spänningarna kan uppkomma genom ansträngande och felaktiga arbetsställningar och andra fysiska påfrestningar. Men de kan också ha mer känslomässiga orsaker. Oro, ilska och stress kan påverka kroppen och leda till reaktioner i musklerna (Axelson, 1995, s. 89).

## **Massagens historia**

Ordet massage kommer från grekiskan och översatt betyder det ungefär knåda. Troligen var den första massagen ett komplement till gymnastiken. Det finns omnämnt redan i Kung-Fus kinesiska vishetsböcker. Indierna och de gamla egyptierna kände till någon form av massage eller sjukgymnastik. Mer precisa uppgifter om massagen finns från antikens Grekland, där det beskrivs som en del av kroppens träning och som en behandlingsmetod (Axelson, 1995).

Även i Rom använde man sig av massage, då man masserade gladiatorerna innan de gick ut på arenan för att de skulle klara av sina utmanare bättre (Jelvéus, 1998).

### **Massage i Sverige**

I Sverige masserades det redan på 1700-talet. Kavalleristerna fick massage innan de gick ut i strid för att bli mer alerta och beredda för kamp. 1813 fick Per Henrik Ling tillstånd av regeringen att bedriva massageundervisning. Den klassiska massagen är den Axelsonska metoden, de har lärt ut massage och utvecklat massage i över 30 år (Jelvéus, 1998).

### **Beröring**

Beröring har definierats som den mängd upplevelser man får genom stimulering av huden på mekanisk, termisk kemikalisk väg eller av elektriska händelser (Ekengren & Hjerppe, 1995). Huden är vårt största, tidigast utvecklade och mest känsliga sinnesorgan och det är det första vi kan kommunicera med. En människa kan överleva fast denne är blind, döv, utan lukt- och smaksinne, men inte utan de känselfunktioner som finns i huden (Ellneby, 1994). Det finns receptorer för smärta, tryck, värme och beröring i huden. Från huden leder dessa receptorer budskap vidare till hjärnan. Det finns även en särskild typ av tunna och långsamt ledande nervfibrer, som aktiveras av regelbunden lätt beröring (Sanner, 2002).

Ett effektivt sätt att få igång antistressreaktioner i kroppen är genom beröring ...

Känselfunktionerna för beröring, tryck, vibration och värme är alla kopplade till det parasympatiska nervsystemet. Genom att stimulera dessa aktiveras antistresssystemet och kroppen kan balansera upp effekterna av stresspåslag. Därför är massage, beröring, varma bad, stora kramar och långa omfamningar ett måste i en värld där "björnarna" inte alltid är synliga (Jelvéus, 1998, s. 122).

Jelvéus skriver att man i studier i Sverige och utomlands har sett hur beröring och massage ger positiva effekter i form av ökat lugn och mindre aggressioner hos barn. Hon skriver vidare att människan påverkas negativt av för lite kontakt, närhet och beröring och följden kan bli att man blir känsligare för stress (2001).

Vi lever idag i ett icke-taktilt samhälle där kroppslig beröring ofta misstolkas som någonting negativt. Det innebär dock inte att vårt behov av hud-hunger blir mindre för det. Det vi kan göra är att massera, eller använda oss av massage i olika situationer vi befinner oss i, exempelvis i skolan (Jelvéus, 1998). Forskning från Touch Research Institute har visat att beröringssinnet har stor betydelse för inlärning. Dessutom sänks nivån av stresshormonet cortisol vid massage (Björkqvist, 2002)

Det är konstaterat att för tidigt födda barn som ligger i kuvös växer snabbare och uppvisar ett lugnare beteende om de masseras och berörs av föräldrarna, framför allt av mamman, samtidigt som de sjunger och pratar med barnet. Det har visat sig att det är mindre våld bland vuxna i kulturer där barn får mycket kärleksfull beröring. Beröringsbrist i barndomen resulterar ofta i kriminellt beteende och missbruk (Jelvéus, 1998).



## Tidigare forskning om massage

I en studie vid Touch Research Institute, University of Miami School of Medicine, undersöktes en grupp förskolebarn som fick massage i 20 minuter två gånger i veckan i fem veckor. Den masserade gruppens resultat jämfördes med en annan grupp som inte fick någon massage. De masserade barnen uppvisade ett positivare beteende än de barn som inte blev masserade. Några av de positiva effekterna, som man kunde se hos de masserade barnen var att de var bättre på att samarbeta och de kunde uttrycka sig bättre. Dessutom ansåg lärarna att barnen var mer optimistiska i sitt beteende. Utöver detta ansåg föräldrarna att barnen fick en positivare inställning till beröring och att de blev mer utåtriktade (Field m.fl. 1996).

I en annan studie, som även den är gjord av Touch Research Institute, har de undersökt hur deprimerade barn reagerar på massage. I studien kunde de se att den omedelbara effekten av massage var att barnen kände sig mindre deprimerade. Deras ångestnivå sjönk och de blev mer samarbetsvilliga (Field m.fl. 1996).

Det finns fysiologiska förklaringar till varför beröring skapar välbefinnande. Neurofysiologer har funnit att det i vårt nervsystem finns många olika sorters kemiska budbärare. Oxytocin är en av dessa. Det kallas även för lugn-och-ro-hormonet och det frigörs vid beröring. Det finns konstaterade effekter av oxytocinet och de är minskad muskelspänning, höjd smärtröskel, bättre näringsupptag och mag-tarmfunktion, sänkt puls och blodtryck, minskad aggressivitet och större lugn, upphävd rädsla, ökad nyfikenhet och kommunikation samt ökad bindning till andra, ökad bindning till barn och partner, ökat immunförsvar, fördjupad andning, förbättrad eliminering och ökad salivutsöndring, ökad koncentration och smartare barn (Jelvéus, 1998).

Professor Kerstin Uvnäs Moberg har forskat i hur oxytocin, som är både ett hormon och en signalsubstans, verkar lugnande. Hennes forskning har främst gjorts på råttor. Den har visat att vänlig beröring, med en takt på omkring fyrtio strykningar per minut sänker nivån av stresshormoner, ökar tillväxten hos både ungar och vuxna djur samt ökar den sociala interaktionen hos djur. Dessa reaktioner sammanfaller med effekterna av oxytocintillförsel. Hon har dragit slutsatsen genom sin forskning, att oxytocinet även frigörs hos människor vid beröring. Hon anser likaså att oxytocinfrisättning skapar känslomässiga band mellan olika individer. Barn som får massage blir lugnare, socialt mer mogna och mindre aggressiva. De klagar också mindre över kroppsliga besvär (Uvnäs Moberg, 2000).

## **Syfte**

Vårt syfte är att undersöka om och på vilket sätt barnens uppfattning av sin skolmiljö kan förändras genom regelbunden massage. Samt vilka förändringar i skolmiljön som kan observeras.

## **Precisering**

Med skolmiljö menar vi den sociala samvaron i skolan. Det vill säga barnens sätt att bemöta och beröra varandra. Bemötande innebär barnens sätt att vara mot varandra, på vilket sätt de visar hänsyn och hanterar konflikter. Beröring innefattar barnens sätt att röra vid varandra.

## Metod

### Försökspersoner

Vi gjorde den undersökande delen av vårt examensarbete i en klass med sammanlagt 12 elever, som gick i årskurs ett. Urvalet av klassen berodde på att vi blev tilldelade just denna VFU-plats. För att skydda barnens identitet valde vi att i arbetet benämna dem som bokstäver från A till L. Bokstäverna blev slumpvis tilldelade, men representerar samma barn arbetet igenom.

### Bortfall

Under massagens gång har enskilda elever varit frånvarande vid enstaka tillfällen. Ett av barnen har varit frånvarande vid ett flertal tillfällen, men vi anser inte att det har påverkat vårt resultat.

### Material

- Intervjuer (bilaga 1)
- Observationsscheman (bilaga 2) och ostrukturerade observationer

### Val av metoder

Vi valde att intervjua barnen av flera anledningar. En av anledningarna var att barnen gick i årskurs ett. Det innebar att alla var olika kunniga på att formulera sig skriftligt. Därför ansåg vi att vi skulle få mer fullständiga svar om vi skrev ner det barnen sa, eftersom alla barn inte kommit så långt i sin skrivutveckling. Med en enkätundersökning tyckte vi att svaren skulle bli alltför begränsade, eftersom det kan finnas givna svarsalternativ. Hade vi använt oss av öppna svarsalternativ skulle inte alla barn i klassen kunna formulera det de tycker skriftligt.

Vi använde oss av helt standardiserade intervjuer. Detta innebär att vi ställde likalydande frågor i exakt samma ordning till barnen i klassen (Patel & Davidson, 1994). Orsaken till varför vi använde oss av denna typ av frågor, var att de blev lättare att jämföra svaren då. Frågorna var formade både som öppna och slutna frågor. När vi använde oss av de slutna frågorna ställde vi följdfrågor på vissa av dem. Exempelvis: Finns det någon i klassen som är utanför? Varför? Vi valde att använda oss av just dessa frågor, eftersom vi ansåg att de motsvarade det vi ville veta om skolmiljön och barnens uppfattning om denna.

Vi valde att använda oss av observation som ett komplement till intervjuerna. Vi tyckte att det var ett bra sätt att samla information på ett naturligt sätt. Under observationerna använde vi oss av observationsscheman, för att få struktur på observationerna. Patel & Davidson rekommenderar observationer, för att de inte är beroende av omgivningens samarbetsvilja. Dessutom bidrar strukturerade observationer till arbetets tillförlitlighet (1994). De punkter vi har med i observationsscheman anser vi representera den aspekten av skolmiljön som vi vill belysa.

Vi observerade även barnen ostrukturerat under massagetillfällena, vilket Patel & Davidson beskriver som ett sätt för att få ut så mycket information som möjligt (1994). De skriver vidare att man kan kontrollera reliabiliteten genom att vara två observatörer vid samma tillfälle. Därför observerade vi båda klassen enskilt, men vid samma tillfällen, sedan sammanställde vi observationerna tillsammans.

## **Genomförande**

### **Tidsplan**

#### Vårterminen 2002

Vi valde område för vårt examensarbete, läste litteratur om området, samt skrev och lämnade in PM för bedömning.

#### Höstterminen 2003

Syftet förtydligades och vi skrev bakgrunden till arbetet. Vi gjorde en grundplanering för hur vi skulle genomföra den empiriska delen av vårt arbete. Vi lämnade in ett önskemål om VerksamhetsFörlagda Utbildningsplats, samt ålder på barnen.

#### Vårterminen 2003

Vi blev tilldelade en VFU-plats och handledare. Kontaktade handledaren genom telefon och brev där vi utförligt beskrev vad vi skulle arbeta med och vilka behov vi hade för att kunna genomföra det vi tänkt oss. Vi besökte klassen innan VFU:ns början, för att presentera oss. Då berättade vi för barnen att vi kommer att arbeta med massage och intervjua dem under vår VFU. Vid det här besöket gav vi barnen ett brev att ta med hem till föräldrarna (bilaga 3). Gjorde en planering över upplägget på VFU:n (bilaga 4). Vi genomförde den empiriska delen av vårt examensarbete på VFU:n. Efter den sammanställde vi resultaten vi hade fått fram och skrev färdigt vårt arbete.

### **Intervjuer**

Vi intervjuade alla 12 barn i klassen, 6 stycken var. Fördelen med detta var att barnen kunde känna sig tryggare med bara en vuxen som intervjuade denne, istället för två. Barnen blev intervjuade enskilt, så att det verkligen var deras svar som kom fram, utan påverkan av vad deras kamrater svarade. Vi intervjuade barnen på en plats där de inte blev distraherade eller påverkade av någon annan. På detta sätt blev alla barnens individuella svar hörda. Även fast vi hade delat upp barngruppen mellan oss tog vi del av varandras intervjuer. Vi hade två intervjutillfällen med varje barn, det första tillfället i början av VFU:n och det andra i slutet av VFU:n. Vi valde att ha två intervjutillfällen på grund av att vi då kunde få det konkret jämförbart om och på vilket sätt det hade blivit någon förändring i barnens svar och deras uppfattning om skolmiljön.

### **Observationer**

Vi började VFU:n med att observera barnen redan under vår första vecka då vi inte hade börjat med massagen. Vi observerade hela klassen, men vi tittade extra på den delen av klassen som var och en av oss hade intervjuat. Vi observerade barnen vid olika tillfällen under skoldagen, så att vi fick en helhetsbild av hur klassens skolmiljö var. När vi observerade barnen så ingrep vi inte i situationen, så länge det inte gick överstyr, med anledning av att situationen skulle ha ett så naturligt händelseförlopp som möjligt.

## Massage

Vi hade tänkt att huvuddelen av massagen skulle utgöras av massagesagor. Vi valde att arbeta med just denna form av massage på grund av att vi ansåg det vara ett lättsamt sätt att introducera massage för en barngrupp. Massagesagorna kan vara roliga och underhållande samtidigt som barnen lär sig att massera.

Vi hade våra massagestunder med barnen dels direkt på morgonen och dels efter förmiddagsrasten. Vid dessa stunder spelade vi lugn musik i bakgrunden. Under första veckan hade vi inte någon massage, för att barnen skulle få en möjlighet att lära känna oss lite bättre innan vi började med massagen. De första massagetillfällena var korta, efterhand som barnen blev mer vana vid massage, förlängde vi stunderna.

Andra veckan använde vi oss av beröringslekar (bilaga 5). Vi valde just dessa beröringslekar dels för att de var välkända lekar för barnen, dels för att vi fick höra av olika personer att de var bra. Vi hade även själva tidigare erfarenheter av dessa lekar. Dessa beröringslekar blev ett lekfullt sätt för barnen att röra vid varandra utan att det blev för intimt. Under den tredje veckan började vi med att massera med mjuka bollar (bilaga 6). Detta för att barnen skulle få en försiktig och enkel start i masserandet. Att använda bollar kan göra att det inte känns lika intimt, eftersom barnen har en boll mellan den som blir masserads kropp och sin egen hand. Den sjätte veckan började vi med själva massagen, i form av en massagesaga (bilaga 7). Sista tillfället hade vi valbar massage.

## Resultat

### Intervjusammanställning

Sammanställningen av intervjuerna är gjorda efter de två intervjutillfällena som vi har haft med barnen. Vi har jämfört hur barnen svarade vid första intervjutillfället med hur de svarade vid det andra intervjutillfället, för att se om och på vilket sätt deras uppfattning om skolmiljön hade förändrats.

Fråga 1: Har du blivit masserad/gett massage?

Alla barn svarade att de hade blivit masserade och även gett massage innan vi började med det.

Fråga 2: Hur visar du hänsyn/omtanke?

Av de tolv barnen svarade fyra av barnen annorlunda vid det andra intervjutillfället än vid det första intervjutillfället. Tre av barnen hade utvecklat sina svar. De nu var mer medvetna om hur de kunde visa hänsyn/omtanke. Exempelvis hade barnet F utvecklats på så sätt att vid det första intervjutillfället inte riktigt veta vad hänsyn/omtanke var, eller hur denne kunde visa det. Vid det andra intervjutillfället kunde F beskriva hur denne hade visat hänsyn/omtanke till andra. Ett av barnen hade motsatt utveckling. Från att först kunna beskriva hur denne visar hänsyn/omtanke ändrades svaret till att inte kunna beskriva denna handling. Av de åtta barnen som inte hade någon skillnad i sina svar kunde inte fem av dem förklara hur de visar hänsyn/omtanke.

Fråga 3: Trivs du i skolan?

Det var ingen skillnad på svaren från barnen vid de två intervjutillfällena. Alla sa att de trivdes i skolan.

Fråga 4: Beskriv hur du upplever miljön i klassen

*Tabell 1:1 Barnens upplevelser av miljön i klassen*

	Negativ	Annat	Positiv
Intervjutillfälle 1	2	8	2
Intervjutillfälle 2	4	6	2

Av de tolv barnen var det tre stycken som hade ändrat sina svar om upplevelsen av miljön i klassen från första till andra intervjutillfället. Ingen av dem som hade en negativ upplevelse av miljön i klassen ändrade sig. En av dem som var positiva vid första intervjutillfället hade ändrat sin upplevelse till det negativa. En annan av de positiva ändrade sin åsikt till annat,

genom att vara osäker på vad denne tyckte. Av dem som hade svarat annat var det en som ändrade sitt svar till det negativa. Tre av de barn som inte hade bytt kategori kunde utveckla sina svar mer. Till exempel svarade ett av barnen att dennes upplevelse av miljön var bra vid första intervjutillfällena, men kunde vidareutveckla vid andra tillfället vad det var denne upplevde som bra. Barnens förflyttningar mellan de olika svarsalternativen illustreras tabell 1:2 (bilaga 8).

Fråga 5: Finns det någon i klassen som är utanför? – Varför?

*Tabell 2:2 Barnens uppfattning om någon är utanför i klassen*

	Nej	Ja Annat
Intervjutillfälle 1	5	4 3
Intervjutillfälle 2	3	5 4

Två av barnen hade ändrat sin uppfattning om någon är utanför i klassen. Ett barn som vid första intervjutillfället svarade att inget barn var utanför, ändrade sin uppfattning till det andra tillfället och svarade då att ett barn var utanför. Ett av barnen som inte hade upplevt att någon var utanför vid första intervjutillfället, var osäker på ifall det verkligen förhöll sig så vid det andra intervjutillfället. Barnens förflyttningar mellan de olika svarsalternativen illustreras tabell 2:2 (bilaga 8).

Fråga 6: Brukar det vara konflikter i klassen?

*Tabell 3:2 Barnens åsikter om det finns konflikter i klassen*

	Nej	Annat	Ja
Intervjutillfälle 1	6	3 3	
Intervjutillfälle 2	6	3 3	

Det var fyra av de tolv barnen som hade ändrat sin åsikt om det finns konflikter i klassen. Ett av dessa barn ändrade sin åsikt från att tycka att det fanns konflikter i klassen till att anse att det ej existerade några konflikter i klassen. Ett barn hade motsatt åsikt. Det vill säga att denne gick från att inte anse att det fanns konflikter till att tycka att det fanns konflikter. De två andra som bytte åsikt gick från nej till annat, respektive annat till nej. Barnens förflyttningar mellan de olika svarsalternativen illustreras tabell 3:2 (bilaga 8).

## **Observationssammanställning**

Med hjälp av observationerna la vi märke till att konflikterna blev mindre både i antal och grad för varje vecka (bilaga 9). De sista veckorna kunde vi inte längre se några större konflikter, utan mest bus mellan barnen. Samtidigt som konflikterna trappades ner, började barnen ha mer positiv beröring mellan varandra. Barnen visade även mer omtanke till varandra genom att exempelvis oftare vänta in kompiserna, fast de själva var färdiga. Barnet som hade varit lite utanför i början blev allteftersom mer med i gruppen.

I observationerna visar det sig att skolmiljön har blivit bättre. Konflikterna har minskat både i grad och i antal. Barnen har allteftersom börjat ta mer hänsyn till varandra. Beröringen mellan barnen har blivit positivare för varje vecka. Barnet som i början var utanför fick vara med i större utsträckning.

Våra ostrukturerade observationer, som är genomförda under massagestunderna visar att barnen har blivit bättre på att lyssna både på oss och på varandra (bilaga 10). Barnen började också successivt att fråga varandra om massagen kändes bra och hur de ville bli masserade. Allt eftersom barnen blev tryggare med massagen, kunde de slappna av mer. Detta ledde i sin tur till en lugnare miljö.



## **Diskussion**

### **Reliabilitet**

Vi anser att reliabiliteten i vår undersökning är god på grund av att alla barn har deltagit under massagestunderna, dock i olika stor utsträckning beroende av faktorer, såsom sjukdom och ledighet. Enligt oss ökade reliabiliteten då vi valde att intervjua alla barn i gruppen, eftersom alla barns uppfattningar kom fram och inte bara en urvalsgrupps uppfattningar. Dessutom hade vi inte några bortfall vare sig vid första eller andra intervjutillfällena med barnen. Om vi endast hade använt oss av intervjuer som undersökningsmetod, tror vi att reliabiliteten skulle vara lägre i arbetet, men eftersom vi även har använt oss av observationer som styrker intervjuresultaten ökar reliabiliteten enligt oss. Resultatet hade kunnat bli tydligare om vi även hade använt oss av samtal med hela gruppen om deras uppfattning av skolmiljön. Vi tror att reliabiliteten vid intervjuerna påverkades av att barnen lärde känna oss under VFU:n och därför blev de öppnare i sina svar vid andra intervjutillfället, än de hade varit vid det första. Eftersom vi har använt oss av strukturerade observationer blev dessa mer tillförlitliga (Patel & Davidson, 1994). Under observationstillfällena började vi allteftersom att bortse från de positiva framstegen som gruppen hade nått, på grund av att vi började se dem som självklarheter. Vi anser att detta i sin tur påverkade att resultatet av observationerna inte blev så positivt som det kunde ha varit. Denna barngrupp hade arbetat med massage i klassen tidigare och det kan ha påverkat det vi ville undersöka. Detta för att de hade förförståelse inför massagen då de hade viss vana av massage. Vi tror dock inte att det har haft en väsentlig betydelse, eftersom de inte hade hunnit arbeta länge med det. Dessutom hade barnen ett uppehåll från massagen innan vår VFU. Vi tror att VFU:ns längd kan ha påverkat resultatet. Hade den varit längre, så hade vi troligen kunnat se tydligare förändringar.

### **Validitet**

Med validitet i arbetet innebär det att mäta det vi hade för avsikt att mäta. Vi valde därför att intervjua barnen om deras uppfattning av sin skolmiljö. Genom intervjuerna anser vi att vi fick fram barnens uppfattning av sin skolmiljö, om och på vilket sätt deras uppfattning hade förändrats av regelbunden massage med dem. Vi anser att vi har kunnat se förändringar i skolmiljön genom våra observationer.

### **Resultatdiskussion**

Innan VFU:n träffade vi barnen och barnen fick med sig ett brev hem till föräldrarna där de informerades om att vi skulle ha massage med deras barn under vår VFU på skolan. Därför var alla barnen förberedda på att vi skulle ha massage med dem, vilket vi tror var positivt. Vi hade medvetet valt ett upplägg där vi avancerade successivt inom beröring. Detta för att massagen inte skulle kännas obehaglig, utan som en naturlig del i utvecklingen av beröringslekarna. Vi valde att ha massagen som frivillig på grund av att vi inte ville att barnen skulle känna att vi kränkte deras integritet. Vi ville att barnen skulle delta för att de ville ha massage och inte för att vi hade bestämt det. Vissa barn avstod från att vara med då denne skulle massera tillsammans med någon som denne inte kände sig trygg med, eller efter lång tids frånvaro, då de också kunde känna sig otrygga med den aktiviteten som pågick för tillfället. Alla barnen har dock valt att delta vid de flesta aktiviteter. Från första början var vi inställda på att ändra i våra aktivitetsplaneringar om så behövdes. Under VFU:ns gång upptäckte vi ganska snart att barnen inte skulle vara mogna för den snabba avanceringen av

aktiviteter som vi tänkt oss när vi la upp det. Därför utgjorde inte massagesagorna huvuddelen av tillfällena med massage, som vi planerat. Vi ansåg att det var viktigare att barnen kände sig tillräckligt trygga med bollmassagen innan vi gick vidare till nästa aktivitet, som innehöll mer kroppskontakt.

I vårt resultat har vi genom våra observationer kunnat se hur aggressioner i form av konflikter har minskat i gruppen för varje vecka. Mindre aggressioner och ökat lugn hos barn är positiva effekter av massage och beröring (Jelvéus, 2001). I studier har Touch Research Institute sett hur barnen har fått en positivare inställning till beröring genom massage (Field m.fl. 1996). Det har även vi kunnat se under tiden som vi arbetade med massage i klassen. Istället för att bråka fick barnen en positivare beröring mellan varandra.

Genom våra observationer la vi märke till att ett barn var lite utanför gruppen. Under första intervjutillfället framkom det även att några barn hade uppmärksammat detta. Vid andra intervjutillfället hade dessa barn reflekterat över varför det förhöll sig på detta sätt. Detta överrensstämmer med studier gjorda av Touch Research Institute, där de kommit fram till att barn som fått massage är bättre på att uttrycka sig (Field m.fl. 1996). Dessutom hade ytterligare ett barn iakttagit detta. Vi kunde även se att detta barn var utanför under massagestunderna, då många av barnen inte ville vara tillsammans med denne. Detta förändrades dock till det bättre när barnen upptäckte att detta barn var bra på att ge massage. I observationerna kunde vi se en utveckling där barnet som var lite utanför kom mer med i gruppen. Vi tror att med massagens hjälp har de övriga barnen i gruppen fått ökad respekt för detta barns egenvärde i enighet med vad Utbildningsdepartementet har som mål att skolan skall sträva efter (1999).

I våra ostrukturerade observationer anser vi att vi har kunnat se ökad hänsyn, då de blev bättre på att lyssna, både på oss och på varandra. En sak till som vi tror stödjer att barnen har ökat sitt hänsynstagande mot varandra var att de blev mer mån om att den de masserade tyckte om massagen de fick.

Barnen hade svårigheter med att förstå vissa av våra intervjufrågor. Exempelvis visste inte alla vad hänsyn/omtanke, miljö eller konflikter var. Vi frågade då i dessa fall vad barnen visste eller trodde att det var och förklarade för dem, så att de kunde svara på frågorna. Många av dem kunde utveckla sina svar mer under andra intervjutillfället än vid det första. Vi anser att detta visar på att de är på väg att förändra sitt sätt att se och reflektera över sin skolmiljö. Efter det att vi genomfört våra intervjuer kunde vi se att barnen hade ändrat sin uppfattning av sin skolmiljö. Detta märks inte så tydligt i resultatet, eftersom vi valt att redovisa resultatet i termer som positivt, negativt och annat. De termerna visar inte skillnader i deras grad av medvetande om skolmiljön. Genom att läsa resultatet ser förändringen alltså inte ut att vara lika stor, som vi uppfattade genom våra observationer. Barnen hade uppmärksammat både positiva och negativa aspekter i skolmiljön.

## **Sammanfattning**

Vi tycker att vi har uppnått vårt syfte med detta examensarbete. Barnens uppfattningar om sin skolmiljö har förändrats då de har blivit mer medvetna om den. Vi anser att vi, genom våra observationer, har sett att det har blivit en skillnad i deras skolmiljö.

## **Fortsatt forskning**

Vad gäller fortsatt forskning känner vi att det skulle ha varit intressant att arbeta med massage under en längre tidsperiod. Då kan den utvecklas mer, samt ha diskussion med barnen om hänsyn, konflikter, egenvärde och skolmiljö som några exempel. Det skulle även vara intressant att arbeta med massage i en barngrupp där de inte har haft någon tidigare erfarenhet av massage, för att se om det skulle bli någon skillnad i resultatet. Som fortsatt forskning skulle vi även vilja undersöka på vilket sätt val av musik under massagetillfällena kan påverka barngruppen.

## Referenser

### Tryckt litteratur

- Axelsson, H. (1995). *Massage att börja med – den klassiska massagens grunder*. Uddevalla: HÄLSAböcker/Energica Förlag AB. ISBN 91-85506-63-X
- Björkqvist, K. (2002). *Harmoni i Klassen 3:e rev uppl.* Göteborg
- Ekengren, K. & Hjerpe, B. (1995). *Beröring – vår viktigaste förnimmelse*. Umeå: SIH läromedel. ISBN 91-7838-378-1
- Ellneby, Y. (1994). *Om du inte rör mig så dör jag – Den taktila kommunikationens betydelse för barns utveckling*. Eskilstuna: Sveriges Utbildningsradio AB. ISBN 91-26-94800-1
- Jelvéus, L. (1998). *Berör mig! – Massage för små och stora barn*. Oskarshamn: Sveriges Utbildningsradio AB. ISBN 91-26-98800-3
- Jelvéus, L. (2001). *Tjocka polisen i Fiskamalajka – rim, ramsor och massage-sagor*. Kristianstad: Sveriges Utbildningsradio AB. ISBN 91-25-01020-4
- Patel, R. & Davidson, B. (1994). *Forskningsmetodikens grunder – Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur. ISBN 91-44-30952-X
- Sanner, E. (2002). *Massage för barn och ungdomar*. Värnamo: Prisma. ISBN 91-518-3996-2
- Utbildningsdepartementet. (1999). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklass och fritidshemmet, LpO 94, anpassad till att också omfatta förskoleklassen och fritidshemmet*. Stockholm: Utbildningsdepartementet. ISBN 91-38-31413-4
- Uvnäs Moberg, K. (2000). *Lugn och beröring oxytocinets läkande verkan i kroppen* Borås: Natur och Kultur. ISBN 91-27-07505-2

### Artiklar

- Field, T. & Kilmer, T. & Hernandez-Reif, M. & Burman, I. (1996). Preschool children's sleep and wake behavior: Effects of massage therapy. *Early child development and care*, 120, 39-44. ISSN 0300-4430

## Intervjufrågor

1. Har du blivit masserad/gett massage?
2. Hur visar du hänsyn/omtanke?
3. Trivs du i skolan?
4. Beskriv hur du upplever miljön i klassen
5. Finns det någon i klassen som är utanför? - Varför?
6. Brukar det vara konflikter i klassen?

**Observationsschema****Plats:****Tid:****Datum:**

Skolmiljö: bra

dålig

annat

Konflikter: ja

nej

annat

Konflikthantering: löser själva

kontaktar vuxen

handgemäng

annat

Beröring: positiv

negativ

annat

Hänsyn/omtanke:

Övrigt:

Kommentar:

## Hej alla barn och föräldrar!

Vi heter Heidi och Helen och är två blivande fritidspedagoger som ska på vår sista praktik nu innan vi blir färdigutbildade. Vi ska ha verksamhetsförlagd utbildning (VFU) på \*\*\*\*\* enhet. Vår handledare som vi kommer att följa är Annika Johansson. Vi kommer att vara på skolan från vecka 12 t.o.m. vecka 18.

Under denna period kommer vi utöver den vanliga VFU:n även att arbeta med den praktiska delen av vårt examensarbete. Vi skriver vårt examensarbete om hur massage kan påverka skolmiljön, dvs. barnens sätt och bemöta och beröra varandra. Därför kommer vi att arbeta med massage i följande former: massagelekar, bollmassage, massagesagor och eventuellt vanlig massage och ansiktsmassage. I vårt färdiga examensarbete kommer inga namn på barn eller vuxna att användas.

Varje massagetillfälle börjar med att barnen frågar barnet som det ska massera om denne får göra det. Om något barn inte vill vara med under massagetillfällena, kommer vi att ta hänsyn till detta. Även om barnet har avstått från att vara med på massage under ett eller flera tillfällen får denne vara med igen då denne önskar det. Om det finns någon anledning till att ni inte vill att just ert barn ska vara med under massagestunderna vill vi att ni tar kontakt med oss.

Vi kommer att observera barngruppen, för att se om vi kan upptäcka några förändringar i deras skolmiljö. Dessutom kommer vi att intervjua några barn, så att vi får en inblick i hur de upplever sin skolmiljö. Vi kommer eventuellt att använda oss av bandspelare för att spela in intervjuerna. Vi har valt att göra på detta sätt, för att få mer fullständiga intervjuer. Om någon av er motsätter sig att vi intervjuar just ert barn ser vi gärna att ni hör av er så fort som möjligt, eftersom vi kommer att börja med intervjuerna redan under vår första vecka (v.12).

Vi ser fram emot att komma ut på vår VFU och hoppas att både vi och era barn får en jättebra tid tillsammans. Om ni funderar på något eller vill informera oss om något som ni anser vara viktigt att vi vet, så tveka inte att höra av er till oss.

*Vänliga hälsningar*

*Heidi Teppola*

0920-\*\*\* \*\*

070-\*\*\* \*\* \*\*

*Helen Lindberg*

0920-\*\*\* \*\*

070-\*\*\* \*\* \*\*

*Handledare på universitetet: Majbritt Persson*

070-\*\*\* \*\* \*\*

## Tidsplan under praktiken

### Vecka 1

Lärde känna barnen, intervjuade och observerade dem.

### Vecka 2

Observerade barnen. Började med beröringslekar

Tillfälle 1 – Kramkull & Bro, bro breja. Bortfall: 0

Tillfälle 2 – Hela havet stormar & Bulleri, bulleri bock (förenklad version). Bortfall: 0

Tillfälle 3 – Kroppsdelslek till musik & Rita och skriva på ryggen. Bortfall: 0/C,D

### Vecka 3

Observerade barnen. Började med bollmassage.

Tillfälle 4 – Bollmassage. Bortfall: F,J

Tillfälle 5 – Bollmassage. Bortfall: F

Tillfälle 6 – Bollmassage. Bortfall: C,F

### Vecka 4

Observerade barnen. Fortsatte med bollmassagen, med tillägg.

Tillfälle 7 – Bollmassage med tillägg. Bortfall: C

Tillfälle 8 – Bollmassage med tillägg. Bortfall: C,F,G

Tillfälle 9 – Bollmassage med tillägg. Bortfall: C

### Vecka 5

Påsklov – inga aktiviteter eller observationer.

### Vecka 6

Observerade barnen. Bollmassage med tillägg. Började med messagesaga.

Tillfälle 10 – Bollmassage med tillägg. Bortfall: B,C

Tillfälle 11 – Messagesaga *Kanin Piggelin*. Bortfall: B,C,F

### Vecka 7

Messagesaga. Valbar massage med levande ljus. Vi intervjuade och observerade barnen.

Tillfälle 12 – Messagesaga *Kanin Piggelin*. Bortfall: B,C,F

Tillfälle 13 – Valbar massage med levande ljus. Bortfall: L



## Beröringslekar

### Kramkull

Ett barn är den som jagar och de andra barnen blir jagade av denne. När jägaren rör vid ett barn, blir den vidrörde förstenad. Jägaren ska försöka att röra så många andra barn som möjligt, så att så många som möjligt blir förstenade. För att försteningen ska släppa måste den förstenade bli kramad av något av de övriga barnen som inte har blivit vidrörd av jägaren och är därför inte förstenad. Under tiden som ett barn kramar ett annat kan de inte bli förstenade av jägaren.

Det går bra att skifta jägare under lekens gång, eller om jägaren lyckas förstena alla. Det går även bra att ha flera jägare, speciellt om det är en stor barngrupp.

### Bro, bro breja

Två barn är ”broar”. Dessa bestämmer en fråga med två svarsalternativ; till exempel: Vad är godast; äpplen eller päron? De kommer även överens om vem av dem som ska vara vilken av dessa frukter. Sedan ställer sig ”broarna” mitt emot varandra, med armarna över huvudet och håller varandra i händerna. De andra barnen ska nu gå under ”broarna” och runt dem i en åttafigur, samtidigt som alla sjunger;

*Bro, bro breja stockar och stenar  
alla goda renar  
ingen slipper här fram, här fram  
förrän han säger sin käraste namn,  
vad heter han?*

Vid ordet *han*, faller ”broarna” ned sina armar och fångar det barn som var under ”bron”. Sedan gungar ”broarna” personen som blev fångad från sida till sida, samtidigt som alla sjunger;

*Har du tagit prästens sko  
prästens sko, prästens sko  
har du tagit prästens sko  
ja eller nej?*

Sedan följer en hemlig överläggning mellan ”broarna” och den infångade personen. Denne får frågan som ”broarna” tidigare bestämt och hamnar bakom den person som har det svarsalternativ som valdes. Sedan fortsätter leken med sången från början tills alla barn har fått frågan och hamnat på någon av sidorna. Leken avslutas med en dragkamp mellan ”broarna” och de deltagare som hamnat på varje sida.

## Hela havet stormar

Innan leken börjar ställer man lika många stolar i rummet som det finns barn. Stolarna ska stå i rad med ryggarna mot varandra, så att sitsen pekar utåt. Barnen börjar med att gå runt i cirklar runt hela gruppen av stolar när musiken sätts på av lekledaren. När lekledaren stannar musiken ska barnen försöka hitta varsin stol att sitta på fortast möjligt. (Första omgången räcker stolarna till alla.) Sedan får barnen ställa sig upp igen och lekledaren plockar bort en stol, så att det finns en stol mindre än vad det finns barn. Musiken sätts igång igen och barnen får gå runt stolarna. När musiken stannar den här gången blir ett barn utan stol och åker då ur leken. Ytterligare en stol plockas bort och leken fortsätter på samma sätt tills endast två barn och en stol finns kvar. Vinnaren blir då den som lyckas sätta sig först på den sista stolen då musiken stannar.

## Bulleri, bulleri bock – förenklad version

Barnen sitter två och två, på golvet. Det ena barnet sitter framför det andra. Det barnet som sitter bakom ryggen ska säga en ramsa som går:

*Bulleri, bulleri bock. Hur många horn står opp?*

Samtidigt ska denne knacka på ryggen med knogarna och vid frågans slut ska denne avsluta det med att trycka ett valfritt antal fingrar på ryggen. Då får barnet framför känna efter och sedan gissa hur många fingrar som trycks mot ryggen.

## Kroppsdellek till musik

Barnen börjar med att röra sig till musik häller om buller i rummet. När musiken stannar ropar lekledaren ut en kroppsdel, exempelvis hand. Då ska barnen fort para ihop sig två och två genom den enes hand vidrör den andres hand. När musiken börjar igen ska de röra sig tillsammans med händerna ihop.

Vid nästa stopp i musiken ropas en ny kroppsdel ut och då ska de hitta ett annat barn att vara med.

## Rita och skriva på rygg

Barnen sitter två och två, på golvet. Det ena barnet sitter framför det andra. Det barnet som sitter bakom ryggen ska rita eller skriva något på den andres rygg. När barnet har ritat eller skrivit färdigt får det barnet som har fått känna efter med sin rygg, gissa vad som skrevs eller ritades.

Barnen får turas om med att känna efter och att rita eller skriva på ryggen.

## **Bollmassage**

Barnen börjar alltid med fråga den de ska massera om de får massera. Den som blir masserad ligger på mage på en madrass.

- Bollen rullas runt konturerna, så att den har kontakt med kroppen hela tiden.
- Bollen rullas fram och tillbaka, upprepade gånger, på den ena armen.
- Bollen rullas via nacken och skuldrorna till den andra armen, där samma procedur upprepas, som på den förra armen.
- Bollen rullas över hela ryggen.
- Bollen rullas fram och tillbaka, upprepade gånger, på det ena benet.
- Bollen rullas fram och tillbaka, upprepade gånger, på det andra benet
- Bollen rullas över hela ryggen, samt nacke och skuldror/axlar.
- Bollen rullas runt konturerna, så att den har kontakt med kroppen hela tiden.

Tillägg: Bollen förs fram i små cirkelformade rörelser. På ryggen utgår de från ryggraden och uppåt/utåt åt båda hållen.

## Massagesaga – Kanin Piggelin

Text från *Tjocka polisen i Fiskamalajka*  
av Lena Jelvéus

Det var en gång en söt kanin  
som kallades för Piggelin.  
Men Piggelin var alltid trött.  
Han låg och slumra' jämt så sött.

Alla syskon Piggelin  
hoppar runt i skogen fin

leker mellan ris och sten  
och har det gott i solens sken.

På lördag är det godisdags.  
Till mamma alla skyndar strax.

Hon ger i varje tass nåt sött,  
till alla utom Pigge-trött.

Var är han då, vår Piggelin?  
Han har ju missat kolan sin.  
Mamma, syskon, alleman  
letar överallt minsann.

Till sist intill en granrot stor  
de hittade sin trötte bror.  
Han låg där på en bädd av strå  
och snarkade som så:

*Zzzzzzzzzzzzz*

*Håll handflatorna på ryggen*

*Stora zigzag-rörelser över hela ryggen. Fingrarna och handflatorna ska ha kontakt med ryggen.*

*Rullande rörelser med knutna nävar över hela ryggen, nerifrån och upp.*

*Runda rörelser med utgångspunkt från ryggraden, uppåt och utåt över hela ryggen. Fingrarna och handflatorna ska ha kontakt med ryggen.*

*"Springande" fingrar över hela ryggen.*

*"Degknådande" från nacken och ut mot axlarna och armarna.*

*Fingertoppar nerifrån och upp, med lite tryck. Följ skuldrornas inre kant.*

*Stora zigzag-rörelser över hela ryggen. Fingrarna och handflatorna ska ha kontakt med ryggen.*

*Avsluta med att stryka med fingrarna och handflatorna över hela ryggen, uppifrån och ned några gånger.*

## Förtydligande av tabeller

*Tabell 1:2 Barnens upplevelser av miljön i klassen*

	Positivt	Negativt	Annat
Intervjutillfälle 1	A D E F H I K L	B G	C J
Intervjutillfälle 2	A D F H I L	B G J K	C E

*Tabell 2:2 Barnens uppfattning om någon är utanför i klassen*

	Ja	Nej	Annat
Intervjutillfälle 1	A B G H	D I J K L	C E F
Intervjutillfälle 2	A B D G H	J K L	C E F I

*Tabell 3:2 Barnens åsikter om det finns konflikter i klassen*

	Ja	Nej	Annat
Intervjutillfälle 1	A B G	D E F J K L	C H I
Intervjutillfälle 2	A G J	B D F H K L	C E I

## Sammanfattning av observationsscheman

### Vecka 1:

Under första veckan var barnens skolmiljö surrig. Det fanns små konflikter mellan barnen, som de löste själv eller med hjälp av någon pedagog. Beröring mellan barnen fanns av både positiv och negativ sort. De kunde putta på varandra samtidigt som de samarbetade med varandra om så behövdes. Barnen är dåliga på att lyssna både på varandra och på pedagogerna. Vi observerade att ett av barnen var lite utanför den övriga barngruppen.

### Vecka 2:

Barnens skolmiljö var bra den här veckan. Små konflikter fanns, men de glömdes bort av barnen. Alla barnen hade någon som väntade på dem när de skulle ut på rast, förutom samma barn som vi tidigare hade observerat var lite utanför.

### Vecka 3:

Överlag var skolmiljön bra den här veckan. Det var positiv stämning, även om det kunde vara lite surrigt ibland. De mindre konflikter som fanns löste barnen själva, utan att någon pedagog behövde hjälpa till. Vi kunde observera mer positiv beröring mellan barnen än tidigare. De kunde exempelvis krama varandra eller hålla varandra spontant i handen. Barnet som tidigare hade varit utanför var mer med i gruppen än tidigare veckor.

### Vecka 4:

Vi observerade ingenting speciellt den här veckan. Det enda var att ett barn kom tillbaka till skolan efter långre frånvaro och var lite orolig. De andra i gruppen påverkades av detta.

### Vecka 5:

Påsklov – inga observationer

### Vecka 6:

Det var småbusigt i skolan efter påsklovet. Det fanns inga direkta konflikter, förutom små bus mellan barnen. Vi kunde se positiv beröring genom att vissa barn höll varandra i hand spontant.

### Vecka 7:

Skolmiljön var bra enligt oss och det fanns inga konflikter den här veckan.

## Kommentarer till massagetillfällena

### Tillfälle 1

Redan under första tillfället tog vi upp med barnen att vi kommer att vänta in tystnad och lugn innan varje aktivitet. Till en början gick allt som det skulle under kramkullen. När barnet A fick jaga, ville inte två av de övriga barnen vara med (E, F), för att de tyckte att denne var för hårdhänt. När vi lekte Bro, bro breja var två vuxna bron, för att undvika missöden. Flera barn försökte tjuvlyssna på vad de vuxna viskade till den fångade. Eftersom fritidspedagogen var närvarande, så hade barnen sitt fokus inställt på henne. Överlag var barnen ganska uppspelta, förmodligen på grund av att det var första tillfället med oss. Eftersom de var ivriga kunde de knappt bärga sig tills nästa aktivitet skulle börja. Barnen brast i sin hänsyn att lyssna på både oss och varandra. Vissa barn var speciellt dåliga på att lyssna. (B, C, G)

### Tillfälle 2

Inga direkta konflikter under Hela havet stormar. De undveks genom att en av oss agerade domare. De som åkte ut fortsatte att dansa vid sidan om, utan sura miner. Vid byte av aktivitet tog det lång tid för gruppen att samla sig och bli tysta. Till Bulleri, bulleri bock delades barngruppen in två och två genom räkning. Vissa var lite osäkra när de skulle ta på varandras ryggar. Det var ganska mycket prat under aktiviteten. Vi tror att pratet under Bulleri, bulleri bock kan ha berott på att det här var första gången som vi hade en aktivitet där de skulle ha mer kroppskontakt med varandra.

### Tillfälle 3

Kroppsdelsleken flöt på och barnen var bra på att hitta nya kompisar att para ihop sig med. De blygare vågade också släppa loss när en av oss var med i leken. Barnen fick själva välja vem de ville vara tillsammans med när de skulle rita och skriva på ryggen. Två av barnen (C, D) ville inte delta i aktiviteten. De klarade inte heller av att sitta tyst vid sidan om, så de fick gå iväg till fritidspedagogen. Efter det flöt aktiviteten på bra. Det var lugnt i lokalen under ritandet och skrivandets gång och alla var koncentrerade på sin uppgift. Stor skillnad på aktiviteten efter avlägsnandet av de två barnen. Gruppen blev mycket lugnare då de inte blev störda.

### Tillfälle 4

B satte sig på en gång på bänken färdig att börja. Samtidigt busade de andra med madrasserna. Oroligt även eftersom D och G kom senare till lektionen. Barnen fick själva välja vem de ville vara tillsammans med. Under massagen var det lugnt förutom att A studsade med bollen och fick tillsägelser flera gånger. Det var även prat under massagen (A, B, C, D, G).

## Tillfälle 5

Bollmassagen blev inte av, eftersom barnen började leka med madrasserna. Det tog över tio minuter innan alla förutom A och G satt på bänken och var färdiga att börja. Efter ytterligare ett tag satte sig A och G. Då hade vi inte längre tid att starta upp massagen. Tidigare hade vi kommit överens med gruppen om att vi inväntar lugn innan vi sätter igång med massage, därför sa vi inte åt barnen. När gruppen till sist samlade sig pratade vi om hur vi ska lösa en liknande situation i fortsättningen. Vi kom överens om att när alla andra har satt sig får de som inte har samlat sig cirka en minut på sig att sätta sig på bänken innan denne/dessa blir uteslutna ur aktiviteten.

## Tillfälle 6

Det var snabbare start av massagen än tidigare. Vi hade parat ihop barnen i förväg. Alla låg ner, men vågade inte riktigt släppa överblicken över resten av gruppen, speciellt G, som även lekte med hårbandet. De barn som blev masserade protesterade när vi skulle byta så att det skulle bli de som masserade. De vill hellre bli masserade än att massera. Vissa barn börjar slappna av mer och koncentrerar sig på att få och ge massage (B, E, I, L). Lite flamsande i ett av paren (D, H).

## Tillfälle 7

Vi hade egentligen tänkt börja med massagesagorna nu, men eftersom vi inte ansåg att gruppen var riktigt mogen fortsatte vi med bollmassagen en vecka till. Under bollmassagen då bollen rullas från rygg till ben och även ben till ben, har de flesta av barnen börjat rulla över rumpan. Vi anser att det visar på att de är tryggare med varandra och masserandet nu än i början. Det var första gången som F var med på bollmassagen och därför hade denne svårt att koncentrera sig på massagen. Barnet hade överblick över resten av gruppen samtidigt som denne blev masserad. G vill fortfarande ha överblick över hela gruppen och stressar vid givandet av massage. Övriga gruppen slappnar av nu mer än tidigare.

## Tillfälle 8

Massagestunden var väldigt stökig. Vi tror att det är en kombination av att klassläraren var med och skapade oreda i maktbalansen och att de fick välja själva par. Detta ledde till att speciellt två av barnen (D och G) ville vara med läraren och ingen annan. Ingen ville vara tillsammans med (A). Det slutade med att D och G fick vara vid sidan om och se på. A fick vara tillsammans med läraren. Eftersom det blev ojämna par fick en av oss massera ett barn (B). G klarade inte av att sitta lugnt vid sidan om, utan försökte få med sig D på otyg. G störde även dem som masserade närmast bänken (H, L) och fick då gå upp till fritidspedagogen. D lugnade då ner sig och fick massage av B, vilket gick bra. Efter massagen pratade vi om hur det varit under massagen. A, B, J och K tyckte att det hade varit lugnt. Det var just J och K som hade levt om mest och lekt med bollen under massagen. Alla barn utom E och I hade överblick på klassläraren under hela massage tillfället. De barn som tyckte att det var tyst och lugnt var A, B, K, L.



### **Tillfälle 9**

Den lugnaste omgången hittills. G ger B instruktioner om hur denne vill bli masserad. B kan inte slappna av riktigt lika mycket som vanligt när denne är med G, men B har en lugnande inverkan på G. Vi pratade mer med barnen om att det var stökigt på tisdagen, om hur det kändes och vad de tyckte om det. Fritidspedagogen var med och det var stor skillnad mot när klassläraren var med. Vi tror att det beror på att barnen är vana att lyssna på oss, att vi leder aktiviteter, vid fritidspedagogens närvaro.

### **Tillfälle 10**

C ville ej vara med. Förmodligen på grund av lång tids frånvaro. Det kan också bero på att denne skulle ha fått vara med I, som denne har en liten förälskelse i. Massagestunden var lugn, nästan inga störningsmoment. C var lite småbusig på bänken, men skötte sig efter tillsägelse. Många barn har börjat fråga den de masserar om det känns bra. Under massagen sökte A efter uppmärksamhet från C.

### **Tillfälle 11**

Eftersom C inte ville vara med på massagen var inte heller B med. F ville inte heller delta, eftersom denne skulle massera med A. Barnen var lite okoncentrerade, förmodligen på grund av att det var första gången vi hade massagesaga.

### **Tillfälle 12**

Redan från början var C inställd på att inte vara med. B ville delta, men ångrade sig så denne såg att C inte skulle delta. Eftersom F inte fick vara tillsammans med E (som denne är trygg med) deltog denne ej. Under pågående massage gjorde C alla rörelser i luften, trots att denne ej ville delta. Även F gjorde delvis rörelserna till massagen i luften. Lugnare än första tillfället.

### **Tillfälle 13**

Eftersom det var sista gången vi hade massage med barnen, fick de välja vem de skulle vara med och vilken form av massage de ville ha. De fick välja mellan att använda sig av bollar eller de rörelser de lärt sig under massagesagan. De fick ingen guidning om hur de skulle massera, utan fick göra det helt hur de själva ville. Dessutom hade vi levande ljus, för att barnen hade önskat det tidigare. C och B valde att ha massage utan boll, förmodligen eftersom de hade valt att inte delta i massagesagan och ville uppleva det. Det var mycket tyst och lugnt under massagen. Många barn frågade om det kändes bra för den som blev masserad. Även de som blev masserade sa till mer nu än tidigare hur hårt de ville bli masserade. Vi tror att L inte ville delta på grund av att denne hade haft en dispyt på rasten med H.