



TEMA
LIVSGLÆDE



Livsglæde er en af de største gaver vi kan give børn

Selvom vi er optaget af hvad vores børn skal lære, må vi ikke glemme at de også har ret til bare at være. Det mener DPU-forsker Lone Svinth, der opfordrer daginstitutionerne til at fokusere mere på børnenes livsglæde. For livsglæden er i hendes optik fundamentet for alt det andet.

AF ANNE BREINHOLD OLSEN

Livsglæde. Et begreb der klinger smukt, men som kan være svært at få hold på, især når det skal indlemmes i den pædagogiske verden. Alligevel vil Lone Svinth, ph.d.-stipendiat på Danmarks Pædagogiske Universitetsskole, gerne have at man gør forsøget, også helt ud i den enkelte daginstitution. For hende handler livsglæde om at give alle børn lige muligheder for at opbygge en glæde ved livet og evnen til at kunne navigere i og mestre de sociale sammenhænge som de indgår i.

”De voksne omkring børnene spiller en helt central rolle i denne proces og skal hjælpe børnene på vej. Fx ved at skabe en glædesfuld hverdag hvor alle børn oplever at de bliver anerkendt og har en berettigelse som dem de nu er. Livsglæden skal med andre ord være med hele vejen – også ind i daginstitutionen,” siger Lone Svinth.

Lone Svinth har skrevet speciale om livsglæde og har deltaget i det tværkommunale samarbejde ”Projekt Livsglæde” mellem Fredericia, Køge, Københavns og Sønderborg Kommuner. De fire kommuner har siden 2007 sat fokus på skole- og daginsti-

Livsglæde er samspillet
mellem det rare liv,
det engagerede liv og
det meningsfulde liv.





TEMA
LIVSGLÆDE

”At kunne dele sin glæde og undren over livet med børn er en stor gave som det vil være kærkomment at få sat mere fokus på.”

tutionsbørns livsglæde, og i Sønderborg har daginstitutionerne bl.a. arbejdet med et spørgeskema om børnenes livsglæde som Lone Svinth har udarbejdet. Den livsglædeorienterede pædagogik har sine rødder inden for filosofien, men har vundet indpas i psykologien og især inden for forskningsretningen positiv psykologi.

”Livsglæde defineres som samspillet mellem tre elementer: det rare liv, at man fx har tryghed, det engagerede liv, at man oplever fordybelse eller flow, og det meningsfulde liv, at man betyder noget for andre,” fortæller Lone Svinth og bryder dermed det lidt brede begreb ”livsglæde” op i dele som pædagogerne konkret kan arbejde med i institutionen.

Hjælp til at blive forankret i livet

Men det betyder ikke at livsglæde skal være et ekstra læreplans-tema, for selvom forskningen inden for positiv psykologi påpeger at glade børn lærer bedst, er det efter Lone Svinths vurdering vigtigt at holde fast i at livsglæde har en berettigelse i sig selv:

”Livsglæde bør ikke reduceres til et middel til livslang læring eller til endnu en kompetence barnet skal tilegne sig. Det handler meget basalt om at drage omsorg for barnet som et individ i en tilblivelsesproces hvor livsglæden bliver den underliggende røde tråd.”

”Hvis vi kan give livsglæden videre til vores børn, så har vi også lagt fundamentet for de andre ting vi synes børn skal kunne

– både fagligt og socialt. Der findes næppe større gave,” pointerer Lone Svinth og fortsætter:

”Faglige færdigheder er absolut relevante aspekter af et godt børneliv, men det er vigtigt at vi ikke i vores optagethed af læring kun fokuserer på hvad børn kan, og ikke hvordan de har det. Livsglæde kan hjælpe børn til at forankre sig i livet så de får større modstandskraft over for modgang, og så de føler mere samhørighed med omgivelserne.”

Livsglæde giver ballast

Der hvor der for alvor er behov for at arbejde med livsglæde, er for de børn der har en baggrund der ikke altid tilbyder de bedste forudsætninger for en grundlæggende oplevelse af tryghed, engagement og meningsfuldhed her i livet.

FAKTA

Livsglædebegrebet har sine rødder inden for filosofien, men vinder i disse år stadig større indpas i psykologien. Inden for forskningsretningen positiv psykologi arbejdes med begrebet ”authentic happiness” som på dansk er blevet oversat til ”livsglæde”.

”Daginstitutioner kan have svært ved at rumme udsatte børn, og derfor er der brug for at reflektere over de muligheder som institutionen stiller til rådighed, for de børn har sværere ved fx at deltage i sociale fællesskaber end andre børn. De forstyrrer måske de andre i legen, hiver i hår osv.”

”I stedet for at se på dem som uartige problembørn der handler destruktivt, kan vi overveje om barnets dagligdag er rigt på rare, engagerede og meningsfulde oplevelser, og om barnet får hjælp til at opbygge sit selvværd. Det handler om med hvilke briller vi ser på barnet, for det er udgangspunktet for hvordan vi møder det.”

Det er særligt vigtigt i børnenes tidlige år at gribe de muligheder der er for at give dem en god start, mener Svinth og refererer til forskning der viser at børns tidlige følelsesmæssige erfaringer grundlægger deres måder at tænke på og deres tilgang til verden.

Sådan kan børnehaven tænke livsglæde ind i hverdagen

Selvom det er svært præcist at indfange både hvad livsglæde er, og hvordan det ser ud når det er der, har Lone Svinth alligevel en række gode råd til hvordan børnehaven kan sætte større fokus på at give børnene adgang til de tre grundelementer i livsglæde: tryghed, engagement og meningsfuldhed.

”Se på hvad den pædagogiske praksis stiller til rådighed for børnene: Hvilke pædagogiske aktiviteter kan du lave med børnene som de har lyst til at være med i, og som fx giver dem følelsen af at kunne mestre noget nyt som de ikke mestrede før? Det handler om at give dem succesoplevelser,” siger Lone Svinth og fortsætter:

”Når børnene har mulighed for at fordybe og engagere sig, fremmer det deres livsglæde. Derfor kan man se på om man kan skabe miljøer eller særlige situationer hvor forstyrrelser fra

andre børn eller de voksne bliver elimineret så børnene kan synke ind i legen. Børn skal have hyppig erfaring med fordybelse og flow.”

”Og med hensyn til det tredje element, meningsfuldhed, kan man se på de sociale relationer omkring barnet: Har alle børnene mulighed for at opleve sig selv som en vigtig del af fællesskabet? Har barnet venner, og er vi som voksne gode nok til at få alle med? Har vi et indblik i hvad de forskellige børn er optagede af?”

De voksne går foran

Vejen mod livsglade børn er også brolagt med noget helt fjerde: livsglade voksne, mener Lone Svinth. Børn lærer nemlig af dem der er tættest på dem, og derfor er det vigtigt at de voksne kan være forbilleder for børnene, også når det handler om at vise livsglæde.

”De voksne går foran når der skal skabes en glædesfuld hverdag med engagement og nysgerrighed. For hvis du selv har positive følelser og oplevelser og udstråler det, smitter det af, og så bliver børnene mere åbne, nysgerrige og engagerede. Børnene lærer af de voksne hvordan de skal agere i livet,” siger Lone Svinth.

”At kunne dele sin glæde og undren over livet med børn er en stor gave som det vil være kærtkomment at få sat mere fokus på.”

LÆS MERE OM FORSKNINGEN BAG LIVSGLÆDE

Positiv psykologi – positiv pædagogik

Redigeret af Hans Henrik Knoop & Jørgen Lyhne
Dansk Psykologisk Forlag, 2008.



Da børnene skiftede farve

Et kommunalt projekt om læringsmiljøer i naturen var med til at skabe større livsglæde for en gruppe børn i børnehaven Toften i Sønderborg Kommune. Børnene fik i mødet med naturen et nyt syn på sig selv og hinanden, og pædagogerne kan i dag bruge erkendelserne fra projektet til at skabe nye rammer for institutionens pædagogiske arbejde. Daginstitutionsleder Pia Jensen fortæller om Toftens erfaringer.

TEMA LIVSGLÆDE



AF ANNE BREINHOLD OLSEN

I juni 2008 oplevede børnehaven Toften i Sønderborg Kommune at nogle af deres børn skiftede farve. Røde børn blev gule, gule blev grønne. Det var nu ikke vildfarne vandfarver der havde været på spil, men otte formiddage i naturen sammen med to pædagoger – halvdelen af tiden i selskab med en naturvejleder. Afsættet for turene var at Sønderborg Kommune med projektet "Læringsmiljøer i naturen" ville give udsatte børn en større bevægelsesglæde og et bedre socialt liv og dermed øge deres samlede livsglæde.

Fra Toften deltog ti børn i projektet. Inden det startede, inddelte pædagogerne børnene i røde, gule og grønne børn ud fra et spørgeskema om pædagogernes opfattelse af børnenes livsglæde inden for forskellige områder som fysisk og psykisk afslappethed, venskab og sociale fællesskaber. De røde børn var dem der vækkede bekymring på forskellige områder, fx motorisk, socialt eller følelsesmæssigt; de gule var pædagogerne lidt i tvivl om, og de grønne, kontrolgruppen, var der ingen umiddelbare bekymringer for.

Efter at projektet var slut, udfyldte pædagogerne endnu en gang samme spørgeskema for børnene, og svarene viste ifølge Pia Jensen, leder af Toften, at de var kommet tættere på målet: "Pædagogerne oplevede at nogle af børnene havde flyttet sig – fra røde til gule og fra gule til grønne. Det var en øjenåbner for os om hvad der kunne være med til at bringe mere glæde ind i børnenes verden."

Nye roller til børnene

Hvad var der sket i mellemtiden? De ti børn fra Toften – både grønne, gule og røde børn – var fire formiddage sammen med to pædagoger i naturen. Her gik de sammen med en naturvejleder på opdagelse i temaer som "mad i naturen", "motoriske baner", "at finde dyrespor" osv. Undervejs på turene oplevede pædagogerne at der skete noget med børnenes sociale roller, og at nogle af dem fik bedre muligheder for at indgå i sociale fællesskaber og i venskaber – som ifølge livsglædetænkningen er to nødvendige faktorer for at opleve livsglæde.

"Vi så børn der havde en svag social status hjemme i børnehaven, finde sammen med de andre i skoven og få nye roller. Børnenes nye roller i skovgruppen kunne bruges i børnegruppen hvor de 'nyopdagede' styrkesider kunne fremhæves, og barnet blev set i et nyt lys af kammeraterne. De havde noget at bidrage med i nye sammenhænge. Der var meget få konflikter mellem børnene ude, og skovbørnene oplevede som noget nyt at være synlige på en positiv måde i børnegruppen," fortæller Pia Jensen.

Også pædagogerne fik et nyt syn på børnene: "Pædagogerne så også andre og nye gode sider af dem som var med i skoven, og det har vi kunnet bruge hjemme i institutionen bagefter."

I skovens dybe, stille ro

Det var ikke kun de sociale roller der fik en svingtur. Også børnenes muligheder for at finde ro og fordybe sig var bedre i skoven end derhjemme, oplevede Pia Jensen. Den tætte kontakt mellem børn og voksne og de spændende naturoplevelser



gjorde det nemt for børnene at fordybe og engagere sig i aktiviteterne – og netop fordybelse og engagement er ifølge livsglædepædagogikken afgørende for at lære noget og samtidig have det godt.

”Når børnene er engagerede og fordybende i noget, er de åbne over for at lære, og de kan huske ting. I skoven havde vi muligheden for fordybelse fordi vi ikke blev afbrudt hele tiden, og der var plads til at børnene kunne lære noget på deres egen måde, dvs. i forhold til deres egen læringsstil: Nogle ved at se, andre ved at røre eller ved at bevæge sig,” siger Pia Jensen.

På Toften arbejder man videre med disse erfaringer hjemme i institutionen. Fx ved at indrette børnehaven med forskellige miljøer så der er mulighed for at fordybe sig i forskellige aktiviteter – fx stille lege eller vilde lege. Tingene står i vidt omfang fremme så børnene selv kan bruge dem når de vil.

”Vi er også opmærksomme på at give børnene udfordringer på deres niveau, nok til at engagere dem, men ikke uoverkommelige. Vi ser efter tegn på at og værner om når børnene er engagerede og så optagede at de er i flow, om det er når de maler eller spiller computerspil eller andet.”

Tænker erfaringer ind i det pædagogiske arbejde

Projekt ”Læringsmiljøer i naturen” var en enkeltstående begivenhed, men alligevel har Toften fået erfaringer der rækker ud over de fire formiddage og ind i hverdagens pædagogiske praksis:

”Vi går ikke i skoven bare for at gå i skoven. Vi planlægger

turen så der er et formål med den – fx at vi skal hen forbi den væltede træstamme og gå på den. Børnene har brug for at blive guidet når de skal lære noget, og vi skal sætte rammerne for deres læringsoplevelse og bl.a. tage højde for deres forskellige læringsstile.”

Også når der lægges mere langsigtede perspektiver for det pædagogiske arbejde i årsplaner, trækker Toften erfaringerne ind i planlægningen. De pædagogiske aktiviteter i børnehavens årsplan tilrettelægges så de inddrager alle børn, og så børnehaven forsøger at ramme børnenes forskellige interessefelter så godt som muligt.

”Men grundlæggende har projektet styrket vores bevidsthed om at vi selv er med til at skabe gode rammer for børn og deres livsglæde. Vi lægger de pædagogiske rammer og er rollemodeller for børnene. Hvis vi viser engagement, fx ved at turde røre ved dyr, og kan være så fordybende at vi fx ikke ænses at det regner, så får man også børnene med. Hvis vi viser glæde, smitter det af på børnene.”

HER KAN DU LÆSE MERE

På www.livsglaede.dk kan du læse mere om livsglæde som målestok.