

Hörs de tysta barnen i förskolan?

- En vetenskaplig essä om de blyga barnen i förskolan



Av: Albert Witten

Handledare: Ursula Naeve-Bucher

Södertörns högskola | Interkulturell lärarutbildning mot förskola, erfarenhetsbaserad

Kandidatuppsats 15 hp

Ämne | Självständigt vetenskapligt arbete, Vårterminen 2019

Programmet för utbildningsvetenskap C



SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA | STOCKHOLM
sh.se

Abstract – Are the silent children heard in the preschool?

In my essay I try to get a better understanding of those who in general words are called shy children. What does it really mean to be shy, is it a personality trait that is difficult to change, or is it a condition that needs to be processed to further development? Or could it perhaps be something that is hereditary and thus impossible to affect? What exactly does shyness mean in the preschool for the child and the teacher, and how can the teachers try to reach children who are not usually seen or heard. Is it at all something to worry about, and if so, what can you do to support them in their continued development. Through the use of different perspectives such as the socio-cultural and norm-critical, I try to see how various aspects influence the view on shyness. In this essay, I use my own knowledge and previous experiences in order to reflect on how my own, the preschool and society's view affects us in the daily approach.

Keywords: Shyness, preschool, quiet, withdrawn, introverted, pedagogical response, social skills, competent children, socio-cultural, norm-critical.

Sammanfattning – Hörs de tysta barnen i förskolan?

I min uppsats fördjupar jag mig i arbetet kring de som i allmänna ord benämns för blyga barn. Vad innebär det egentligen att vara blyg, är det ett personlighetsdrag som är svårt att ändra på, eller ett tillstånd som behöver bearbetas för att nå utveckling? Eller kan det rentav vara något som är ärftligt och därmed inte påverkbart? Vad innebär blyghet i förskolan för barnet och pedagogen och hur kan pedagogen lyfta de barn som inte syns eller hörs. Är det överhuvudtaget något att oroa sig över och isåfall vad kan man göra för att stötta de blyga barnen i deras fortsatta utveckling. Genom att använda mig av sociokulturella och normkritiska perspektiv försöker jag tolka hur dessa två aspekter påverkar synen på blyghet. I denna uppsats utgår jag från mina egna erfarenheter för att i efterhand reflektera över hur min egen syn, förskolans och samhällets syn påverkar oss i det dagliga bemötandet.

Nyckelord: Blyghet, förskola, tyst, tillbakadragen, introvert, pedagogernas bemötande social kompetens, kompetenta barn, sociokulturell, normkritisk.

Innehållsförteckning

Berättelser.....	1
<i>Lunchen</i>	1
<i>Samlingen</i>	2
<i>Utomhus</i>	3
<i>Inomhus</i>	4
Syfte och Frågeställningar	5
Metod	6
<i>Praktisk kunskap</i>	7
<i>Hermeneutiken och förståelsehorisonter</i>	8
Teoretiska perspektiv	9
Etiska överväganden.....	10
Reflektion	11
<i>Definition av ordet och dess betydelse</i>	11
<i>Är blyghet ärfeligt, situationsbunden eller ett personlighetsdrag?</i>	15
<i>Samhällets och olika kulturers syn att se på blyghet</i>	16
<i>Vad kan konsekvenser av blyghet leda till?</i>	19
<i>Positiv syn kring blyghet</i>	20
<i>Det kompetenta barnet och dess sociala kompetens</i>	22
Diagnoser	24
<i>Selektiv mutism</i>	26
<i>Social fobi och social ångest</i>	26
Hur kan pedagoger stödja blyga barn?	28
<i>Förhållningssätt och bemötande</i>	28
<i>Trygghet och relation</i>	29
<i>Samspel och delaktighet</i>	30
<i>Att öka självkänslan och självförtroendet</i>	32
Hur kan blyghet bemötas framöver?	33
Slutord	35
Referenslitteratur:	37

Berättelser

Lunchen

Det är tisdag och idag serveras det biffstroganoff och bulgur till lunch. Vi samtalar och har det trevligt vid bordet, då lägger jag märke till hur Emma spiller ut lite mjölk när hon ska dricka. Hon säger inget först utan väntar till hennes kompis har pratat färdigt. Sedan så lutar hon sig nära och viskar något ohörbart in i kompisen öra. ”Albert, Emma behöver papper för hon har spillt” säger kompisen. ”Ingen fara det går att ordna, vi hämtar papper och torkar undan det.” Jag räcker henne pappret och hon mumlar tyst något till svar innan hon börjar torka upp mjölken. Samtalet vid bordet återgår och ljudvolymen höjs ganska snabbt. De andra barnen fortsätter att prata med varandra medan Emma fortsätter att vara tyst under hela lunchen, trots flera försök till ömsesidig kommunikation och inflikande frågor från både mig och de andra kompisarna. Jag tänker att det känns märkligt att Emma fortfarande känner att hon inte alltid kan prata med mig direkt, utan istället använder sin bästa kompis som hjälpmedel för att få fram sitt budskap. Det har gått flera månader sedan hon och tre andra barn flyttade över till vår avdelning och trots att jag upplever att hon känner sig trygg i gruppen och att vi fått en bra kontakt, undrar jag om det kommer att fortsätta vara såhär.

Innan vi är färdiga och ska duka av leker vi leken ”gissa djuret”. Barnen har lekt denna lekt oavbrutet ända sedan terminens start och det har blivit nästintill obligatoriskt att avsluta varje lunch på detta sätt. Vi går varvet runt så alla som vill får tänka ut ett djur att beskriva. ”Jag tänker på ett djur som är rött och svart med prickar på”, säger Magnus och ler lite klurigt. Barnen runt bordet börjar genast ropa ut en massa olika gissningar, och jag som är van vid att lyssna på flera barn samtidigt hör att Emma efter en stund försiktigt säger ”Nyckelpiga”. Hennes svar tycks drunkna i myllret av de andra barnens förslag som fortsätter att ropas ut. ”En noshörning!”, säger Eli och skrattar tills han kiknar åt sin egen roliga finurlighet. ”Nej, jag vet det är en fluga”. Jag flikar in och säger att ”Jag tyckte jag hörde Emma säga en bra gissning.” Barnen tystnar och alla tittar nyfiket åt Emmas håll. Hon blir lite röd i ansiktet och tvekar en sekund innan hon svarar tyst, nästan ljudlöst igen – nyckelpiga. ”Jaa det var rätt” svarar Magnus. Nu har turen kommit till Emma. Jag frågar henne om hon vill och hon skakar på huvudet, tittar bort och turen går istället vidare till kompisen bredvid. Resten av tiden sitter Emma tyst och tittar mig inte i ögonen.

När vi går och dukar av, står jag bakom Emma och väntar på att få skrapa av tallriken. Jag passar på att berömma henne för att ha gissat rätt djur i leken och möts av en snabb tyst blick av henne innan hon återgår till att titta framåt och koncentrerar sig på att skölja rent tallriken. Jag kommer på mig själv med att skrapa av en tom tallrik, för mina tankar är inte vid tallriken för stunden, just nu kretsar de kring Emma. Pressade jag kanske Emma för mycket? Jag vet ju att hon inte tycker om uppmärksamheten och att prata inför andra. Men samtidigt visade hon att hon *kan* prata med mig och andra kompisar, trots att det kändes svårt och påtvingat. Jag försöker att övertyga mig själv att jag gjorde "rätt" och att det inte blev alltför jobbigt för Emma. Att någon är blyg är ju oftast inget att oroa sig över och vi är ju alla olika. "Albert när kommer du? Vi vill höra om godistrollet!" Mina tankar avbryts tvärt av att barnen ropar efter mig, nu börjar vilan strax och jag behöver istället fokusera på sagoboken som barnen älskar att höra. Jag plockar fram boken och märker att jag fortfarande inte kan släppa känslan jag får när Emmas ansikte speglar att hon *vill*, men att det verkar som att det är något som stoppar henne från att uttrycka sig i vissa situationer. Det känns som att hon behöver samla sig och anstränga sig för att få fram det hon vill ha sagt.

Samlingen

Lite senare under en samling har vi tagit in en låda med snö som vi ställer mitt på samlingsmattan. Vi ställer sedan frågan till barnen vad de tror kommer hända med snön när den smälter? Barnen får svara det dem tror och efter flera kloka antaganden sneglar jag på Emma. Hon sitter tyst och ser tankfull ut. Hennes blick är koncentrerad på snön och hon biter sig lite i underläppen, det ser nästan ut som att hon stålsätter sig för något, kanske för att svara. Lite diskret försöker jag få ögonkontakt och nicka till min kollega för att uppmärksamma henne på att Emma eventuellt kommer delta och svara. Jag väljer för stunden att ge ordet till ett annat barn och hoppas innerligt att Emma till slut vågar ta initiativet. När de allra flesta barnen har fått svara ser jag i ögonvrån att Emma sväljer lite tyst och sen räcker upp handen lite försiktigt. Jag blir glad inombords, JA, hon tar för sig och *vill!* Jag ger ordet till Emma och när hon får svara säger hon tyst, tyst något som ingen annan kan höra. Det låter som att någon skruvat ner volymen på hennes röst och att den är nere på 1 % av ett vanligt röstläge. Jag ber henne att upprepa det hon sa eftersom jag inte hörde, och återigen samma tysta lilla pip. Efter att ha försökt förstå henne flertalet gånger och för att inte riskera att skämma ut mig själv eller Emma, säger jag bara "Mm ja så skulle det nog kunna vara", och fortsätter sedan att ge ordet till ett annat barn.

Det här barnet blir istället avbrutet av ett tredje barn som högt utbrister ”Varför pratar Emma så lågt?” Jag stelnar till inombords och vet inte vad jag ska svara på det. Med en lätt axelryckning hör jag mig själv säga orden ”Jag vet inte, du får fråga henne efter samlingen”. Våldigt okänsligt och oprofessionellt gjort men det var ändå det ärligaste svaret jag i stunden kunde ge känner jag. För jag står lika frågande jag med, detta blyga barn som ibland visar att hon faktiskt kan och vill men där det känns som att det finns ett hinder inom henne. Något som säger åt henne att inte ta för sig, att inte se eller synas alltför mycket utan istället smälta in i mängden. Denna gång är det alltså inte enbart jag som lagt märke till Emmas försiktighet utan den har även belysts av en kompis i gruppen.

Utomhus

Det hinner gå några dagar och denna gång är vi ute på gården en förmiddag. Just nu är jag den rörliga pedagogen medan min kollega är mitt inne i leken under hökens vida vingar. Jag vandrar runt och spanar ut över gården för att se att alla barn har det bra och är sysselsatta med något. Jag är precis igång med att gå fram till ett par barn som cyklar för att fråga om de behöver hjälp då jag hör ett av våra barn ropa mitt namn. ”Albert, Albert, Emma har gjort illa sig.” Jag vänder mig om och ser hur Emma och hennes bästa kompis kommer emot mig. Emmas ansikte är rött och ögonen är fyllda av tårar men hon ger inget ljud ifrån sig. Jag frågar vad som hänt och kompiserna börjar genast i en rasande fart, rabbla upp en massa om händelseförloppet som precis har skett. Jag lyssnar klart på kompiserna och vänder mig sedan om till Emma, ser henne rakt i ögonen och säger sedan lugnt ”Emma, kan *du* berätta vad som hänt, varför är du ledsen?” Hon titta ner i marken, stakar sig, nya tårar är på väg att komma igen men hon skakar på huvudet. ”Jag kan inte hjälpa dig om du inte berättar för mig” säger jag med en fortsatt len röst. Emma öppnar munnen igen och berättar lågt att hon snubblat när de balanserade på stocken. Jag frågar var det gör ont och hon pekar på låret. ”Vill du sitta ner en stund och vila benet?” Emma nickar till svar och tillsammans går vi och sätter oss på en bänk för att fortsätta tröstandet. Vi sitter där tysta en stund, innan jag börjar att småprata lite, men Emma svarar inte. Hon sitter tyst och observerar de andra. Efter ett tag frågar jag om det känns bättre, återigen ett nickande till svar och sedan reser sig Emma och går iväg till sin kompis för att leka igen. Jag håller ett lite extra öga på henne för att se att allt *verkligt* är bra, innan jag fortsätter att hjälpa de andra barnen. När vi sedan går in frågar jag Emma återigen hur det känns och nu svarar hon i alla fall med ett kort ”Bra”.

Inomhus

Efter förmiddagens utepass så blev alla barnens kläder genomblöta. Vi kollar därför av med barnen och frågar om det är okej att vi stannar inne på eftermiddagen då alla ytterkläderna hänger i torkskåpen och torkas. Martin protesterar högljutt först men ändrar sig sedan då det enbart var han som ville gå ut, och resterande barn jublar glatt över att få vara kvar inne. När mellanmålet är undandukat och det är lekar och aktiviteter igångsatta överallt, får jag en stund över till att prata med min kollega. Vi är mitt inne i ett samtal kring skapandehörnans utformning då det ifrån bygghörnan hörs glada skratt, och ett av de skratten känner jag inte igen riktigt. När jag vänder mig om för att titta, ser jag Emma och Nora busa för fullt och ha roligt. De hoppar och skuttar i en kartong, pratar och pekar och är helt inne i sin lekbubbla. Jag hoppar till inombords av glädje över att se och få höra Emma visa upp en ny sida, men glädjen är kortvarig för så fort vi får ögonkontakt slutar hon tvärt. Det känns som att hon har blivit påkommen med att göra något dumt – eller ännu värre, att en vuxen har sett och hört henne! Jag tittar bort och försöker intensivt att enbart lyssna till deras lek men den magiska stunden är redan förbi, Emma vet att vi har upptäckt henne och leken fortsätter med en envägskommunikation från Nora.

När jag på eftermiddagen träffar på Emmas mamma i hallen meddelar jag först om olyckan och sedan berättar jag om hur jag fick igång en dialog med henne under dagen, innan blygheten tog över och hon slöt sig. Mamman är sedan tidigare medveten om Emmas blyghet och har uttryckt en viss oro kring Emma och hennes tillbakadragenhet. Men när hon får höra hur dagen varit, går hennes ansiktsuttryck först från en lite allvarligare min till att lysa upp över att få höra positiva framsteg. Hon fortsätter sedan med att berätta att Emma hemma minsann pratar jättemycket gott om förskoledagen och vad vi gör. När jag hör detta fastnar jag på ordet ”jättemycket”, *hur* mycket är det för mamman och Emma och vad är det för något hon berättar om dagen hemma?

Jag försöker förgäves att söka efter svar som jag inte får och allt fler frågor dyker hela tiden upp ju längre jag vrider och vänder på mina funderingar. Jag gör mitt bästa och anser att mitt bemötande ändå är bra, men trots det tvekar jag ändå. För vad händer när Emma börjar skolan och denna blyghet fortfarande finns kvar obearbetad, då kanske hon får det svårt. Detta ansvar tynger mig om jag hade ändå kunnat hjälpa till att förbättra hennes situation.

Syfte och Frågeställningar

Efter att ha jobbat med barn i flera år har jag mött många olika personligheter bland barnen. Jag kommer ihåg de allra flesta barn, men särskilt de som på ett eller annat sätt stuckit ut, de barn som personligen har gett mig utmaningar i min professionella roll och som av andra ibland anses avvika från normen. Några av dessa barn förbryllar mig än i dag, och det är först när jag själv märker hur hjälplös och osäker jag känner mig i vissa situationer, som jag börjar reflektera över om det behövs någon ytterligare hjälp eller stöd för vissa barn. I min berättelse låter jag Emma, som jag valt att kalla henne, representera alla dessa barn som inte vill eller vågar ta för sig. För oavsett barnens bakgrund, social status, kön eller kultur så har de barn jag valt att fokusera på, alla haft blygheten som gemensam faktor. Det är dessa barn som jag ser och märker, men som kanske inte alltid syns eller hörs av andra pedagoger eller sina kompisar, som jag tänker riskerar att försvinna i förskolevimmel och senare i dagens samhälle.

Genom att jag ställer reflekterande frågor till mig själv angående Emma och situationer som jag upplevt som problematiska kopplade till blyghet, hoppas jag kunna få en djupare och tryggare förståelse, kring min osäkerhet i bemötandet av dessa barn. Vad innebär det egentligen att vara blyg, är det ett *personlighetsdrag* som är svårt att ändra på, eller ett *tillstånd* som behöver bearbetas för att nå utveckling? Eller kan det rentav vara något som är *ärfligt* och därmed inte påverkbart? Är blyghet överhuvudtaget något vi behöver oroa oss för eller är det ett tillfälligt tillstånd som vi alla kan hamna i beroende på specifika situationer? Om det skulle visa sig vara ett personlighetsdrag, vad har *jag* då isåfall för rätt att försöka ändra någon annans beteende? Hur har samhällsnormen påverkat vår syn kring blygheten? Ämnet blyghet är brett och diffust så därför behöver jag rikta in mitt utforskande till några huvudfrågor som jag själv vill veta mera om. Jag vill i mitt arbete, ta reda på hur blyghet kan tolkas i förskolan och varför den anses som problematisk. Förhoppningsvis kan även några av mina tankar och reflektioner kring detta ämne hjälpa andra pedagoger och föräldrar i framtiden om de upplever liknande situationer som jag. Efter att ha tänkt igenom vilka frågor som lockar mig mest har jag kommit fram till dessa två frågeställningar.

- *Vad innebär blyghet i förskolan och hur påverkar den barnet och pedagogen i förskolan?*
- *Vilka kunskaper och kompetenser behövs i förskolan för att bemöta ett blygt barn?*

Metod

I de dagliga möten med varandra så styrs och påverkas våra handlingar av vår syn på blyghet på ett eller annat sätt. För att utöka min förståelse i just dessa bemötanden har jag valt att använda mig av det som kallas för essäskrivande som metod. Den essäskrivande formen grundar sig i ett undersökande av olika frågeställningar gällande det mänskliga livet, och där slutresultatet inte alltid är givet (Alsterdal 2014, s. 63). Detta innebär att jag genom att både ifrågasätta, problematisera och reflektera kring mina egna tidigare erfarenheter, förhoppningsvis kan få en ny och eventuellt djupare förståelse inför framtida situationer.

I *Jag skriver alltså är jag* hänvisar Jo Bech-Karlsen vidare till professor Torlaug Løkensgard Hoels två sätt att skriva fackskrivande på. Han säger att det finns det akademiska skrivandet och sedan det dialogiska skrivandet. Det akademiska utgår från begrepp och teorier och det är många gånger inriktat på empiriskt material. Det dialogiska skrivandet lägger istället fokuset på samtal, dialoger och berättandet. Detta sätt att skriva på är även öppet och frågande, och här är själva skrivprocessen viktig att förstå (Bech-Karlsen 1999, s. 100). Bech-Karlsen ställer sig frågan vad som händer mellan de olika mötena. Vilka processer är det som inträffar då mötet mellan skribenten och stoffet, mellan tanke och skrift, mellan skribenten och språket och mellan skribenten och läsaren sker? (ibid. s. 101). I denna vetenskapliga text kommer jag att diskutera samt reflektera för att försöka få en djupare förståelse kring fenomenet blyghet. Alsterdal skriver att ”Reflektion, att blicka tillbaka på ett eftertänksamt sätt, är en form för att arbeta med sina erfarenheter i syfte att lära.” (Alsterdal 2014, s. 55). För att arbetet och reflektionen hela tiden ska fortsätta framåt krävs det även att jag låter andra ta del av mitt arbete. Maria Hammarén menar i sin bok *Skriva – en metod för reflektion* att man genom att läsa upp sin text för andra, tvingas att distansera sig och även lyssna på ens berättelse med andras öron. Det som då händer är att ens omedvetna möter andras föreställningsvärldar och när man får tillbaka deras input så kan man ha fått nya perspektiv, tankar och infallsvinklar till ens dilemma och handlande (Hammarén 2005, s. 21–24). Detta pendlande mellan att lyssna in sin egen berättelse kombinerat med ny input har varit användbart både för mig och för uppsatsens fortsatta utveckling.

Praktisk kunskap

Den utformning av text jag skrivit återspeglar en berättelse och ett dilemma jag tidigare upplevt. Detta sätt att utforska sitt handlande på kan även förklaras genom den praktiska kunskapen. Lotte Alsterdal och Maria Pröckl skriver i *Inifrån och utifrån* att den praktiska kunskapen är den kunskap som behövs för att veta vad som är viktigt i en situation, och att kunna handla klokt och ansvarsfullt i relation till det. För att detta ska ske behövs en personlig erfarenhet och reflektion (Alsterdal & Pröckl 2016, s. 7). Alsterdal fortsätter i sin text att hävda att genom detta processkrivande används en reflekterande ansats där utforskandet sker genom dialoger och reflektioner. Hjertström Lappalainen och Schwarz skriver att:

Om man vill betona förmågan till reflektion som en del av bildningsprocessen så måste man också eftersträva en nivå av reflektion där människan inte bara reflekterar över sig själv och sitt handlade, utan även över sin situation och sig själv inplacerad i ett större sammanhang. I slutändan kan det leda till att den yrkesverksamme ifrågasätter yrkesrollen överhuvudtaget.

(Hjertström Lappalainen & Schwarz 2011, s. 114)

För mig träffar det mitt i prick här. Jag har under min tid som student diskuterat under seminarier samt läst mig till en enorm kunskap gällande kommunikation, samspel, utvecklingspedagogik, olika syner kring lärande och mycket mer. Men mitt i detta kunskapslyft så börjar jag även att oftare ifrågasätta mina tidigare och även nutida beslut. I mitt dilemma gäller det ett barn jag upplever är blygt och som väcker en osäkerhet i bemötandet hos mig. Med hjälp av den praktiska kunskapen som Alsterdal och Pröckl beskriver, kan jag förhoppningsvis handla klokt och på bästa möjliga sätt när jag möter liknande situationer och barn.

För att få ytterligare insikt om min egen kunskap och sedan fortsätta utveckla den, går det även att tänka sig den praktiska kunskapen utifrån Aristoteles syn på handlandet. Han menade att den praktiska klokheten - fronesis – som han kallade den, utgår från *mötet* med det unika och individuella i en mellanmänsklig praktik (Nilsson 2009, s. 23). Det är genom dialogen med mina egna tankar och reflektioner som jag kan uppnå en ny förståelse, och även fronesis. Efter varje gång jag mött något nytt, ges jag en möjlighet att i efterhand kunna reflektera kring detta och på så vis kunna utveckla min nuvarande kunskap, till en ny och ännu bättre visdom.

Hermeneutiken och förståelsehorisonter

För att mina reflektioner ska vara vetenskapligt förankrade samt ha ett medvetet kritiskt förhållningssätt, använder jag mig av hermeneutiken som stöd för att bearbeta mina olika uppfattningar. Hermeneutiken används som metod och tolkningsverktyg för att tyda en persons avsikter och handlingar och där forskaren ständigt använder sin egen förförståelse som ett verktyg för tolkningen (Patel & Davidson 2011, s. 30). Hermeneutiken är en passande undersökningsmetod eftersom det hela tiden är *min egen* tolkning av olika situationer som uppsatsen bygger på. Detta innebär dock att även om jag försöker tyda mina handlingar och deras betydelse på ett medvetet kritiskt sätt, så betyder det inte att jag kommer att finna ett korrekt svar på mina frågor. Däremot hoppas jag istället att förändras och utvecklas under arbetets gång och på så vis finna flera lämpliga handlingsalternativ för framtiden.

För att hitta och förstå sig på en gemensam förståelse så använder hermeneutikerna sig av begreppet *förståelsehorisont*. Sitto Poli tolkar i sin text hermeneutikern Hans-Georg Gadamer's sätt att förklara detta begrepp, och skriver att "Enligt Gadamer formas mänsklig förståelse i möten *mellan olika förståelsehorisonter* och att varje läsare och författare av en text har sin egen förståelsehorisont." (Poli 2011, s. 25). När dessa två förståelsehorisonter möts – läsaren och författarens, så bildar de en horisontsammansmältning (Svenaeus 2009, s. 22). Efter att ha tolkat en handling eller text flyttas gränsen sedan fram så att en ny gemensam förståelse uppnås (Patel & Davidson 2011, s. 30). I hermeneutiken använder man sig även av något som kallas för *den hermeneutiska cirkeln*. Med begreppet menar man att individen först har en förförståelse för ett fenomen, och att det sedan är i *mötet* med nya idéer och erfarenheter som man hela tiden tolkar och därmed erfar en ny förståelse. Vilket i sin tur leder vidare till en ny förförståelse. (Patel & Davidson, 2011 s. 30). Detta hänger ihop med den praktiska kunskapen och den syn jag tidigare nämnt gällande erfarenhet och kunskap. Jag ser tillbaka på de dilemman jag upplevt och där jag redan tidigare har en förförståelse. När jag sedan skriver och delar den upplevelsen med andra samt bearbetar den, möter jag nya infallsvinklar som hjälper mig att tolka situationerna annorlunda. För varje bearbetning och input, omarbetar jag min nyvunna kunskap och blir på så vis ännu klokare. Detta i sin tur ger mig förhoppningsvis nya idéer kring bemötandet av Emma och liknande barn i framtiden.

Teoretiska perspektiv

Under arbetets gång kommer jag främst använda mig av de *sociokulturella* och *normkritiska* perspektiven. Utifrån dessa två kommer jag försöka djupanalysera blygheten i dess helhet och förstå hur olika synsätt påverkar blygheten. Den sociokulturella aspekten tar upp vikten av hur samspelet och socialiseringen med andra formar oss som individer. Samspel och möten betonas mellan pedagogen och barnet, mellan barn och barn och mellan pedagog och pedagog och där kommunikationen står i centrum, vilket jag ofta anser associeras tillsammans med blyghet.

Psykologen Lev Vygotskij ansåg att tänkandet och språket är nära förknippade med varandra och att sambandet mellan dessa skapas under barnets utveckling. I en av hans mest översatta böcker, *Tänkande och språk* menar Vygotskij att ”utan social kommunikation sker ingen utveckling av vare sig språk eller tänkande.” (Vygotskij 1934, s. 10). I sin bok fortsätter Vygotskij hävda att barn är sociala redan ifrån början och att språket fyller en social funktion genom dialogen med andra människor (ibid. s.11). Något som även läggs fokus på är hur viktig leken, samspelet och kamraternas påverkan på barns utveckling är, där Strandberg tolkar Vygotskij och skriver ”Att vara med och att vara aktiv tillsammans med andra är med andra ord grundläggande förutsättningar för lärande och utveckling i barnens lek.” (Strandberg 2006, s. 67). Vygotskijs uppfattningar kring tänkande, lärande, lek, samspel och språk anser jag är ännu viktigare att lyfta i arbetet kring just blyghet och dess inverkan, då det är just dessa delar som oftast anses vara det problematiska.

I texten *Working with shy or withdrawn students* skriver psykologen Jere Brophy om olika sätt att hantera och bemöta blyghet i skolan. I texten hänvisar Brophy till sin undersökning där han förmedlar olika sätt för lärare att stötta blyga elever. Där skriver han bland annat som förslag att byta miljö, uppmuntra och forma ökad responsivitet, minimera de stunder då stress eller pinsamheter kan uppstå, uppmuntra studenter att delta i sociala aktiviteter och involvera dem i upprepade privata samtal. (Brophy 1996, s. 3). Alla dessa punkter hör ihop med det sociokulturella perspektivets idéer att kommunikation och det sociala samspelet är viktiga att jobba med. Även fast hans undersökning riktar sig till skolbarn så anser jag att hans tankesätt ändå går att tillämpa sig av i förskolans värld.

Normkritiskt perspektiv

Våra åsikter, beteende och vårt sätt att handla i de dagliga situationer vi möter är på ett eller annat sätt influerade av samhällets normer. På hemsidan jämställt.se står det att ”Ett normkritiskt förhållningssätt gör att vi blir medvetna om normerna och hur de påverkar och skapar maktskillnader och först då kan vi bli normmedvetna och välja att göra på nya sätt i mötet med barnen, eleverna, kollegorna och föräldrarna.” (jamstall.nu/normkritik). Med hjälp av ett normkritiskt tänk, försöker jag förstå hur allt det vi gör påverkar oss. När jag agerar på ett visst sätt i en situation behöver jag vara medveten om att mina handlingar utgår från ett visst normtänk.

Tuija Pienimäki hänvisar i sin uppsats till etnologen Helena Hörnfeldts studie om *Konstruktion av det normala barnet*, där Hörnfeldt menar att det som anses normalt endast är en bedömning av olika förmågor att passa in i ett socialt mönster (Alsterdal & Pröckl 2016, s. 176). Vidare i sin text skriver Hörnfeldt även att ”Vårt agerande kan förstås utifrån ett normalitetsperspektiv. Det kan tolkas som att vi i förskolan fostrar barnen utifrån ett normativt tänkande som strävar efter att få dem att passa in i en social gemenskap.” (ibid. s. 176). Med detta sagt, behöver jag alltså rannsaka mig själv för att ta reda på vilka normer och värderingar jag har själv, vilka samhället har och hur vi påverkas av dem, samt hur detta vidare påverkar barnen i förskolan.

Etiska överväganden

Enligt Vetenskapsrådet finns det fyra olika krav att ta hänsyn till när forskning bedrivs. Dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet (Vetenskapsrådet 2002). Men eftersom varken intervjuer och förbestämda observationer har förekommit så känner jag mig trygg i att veta att dessa krav är säkerställda. Allt material jag använder mig av är mina egna erfarenheter som återberättas och reflekteras kring.

Barnen i mina berättelser har fingerade namn och jag har även valt att byta ut vissa tidsperioder, år och små detaljer för att ge en bredare bild kring andra barn som går eller har gått på förskolan. Exempelen är även utvalda över en längre period av tid så vissa exempel är nya medan andra är äldre.

Reflektion

Redan i syfte och frågeställningsdelen ställer jag mig själv frågan vilken rätt har *jag* att ifrågasätta och förändra ett beteende eller personlighet. Mina tidigare och egna erfarenheter, observationer och reflektioner kring barn i förskolan, har gjort att jag förundras över hur komplext vårt bemötande mot varje barn är. Mitt sätt att som pedagog möta och förstå mig på varje enskilt barn påverkar en hel framtid för en individ. I detta arbete vill jag rikta mitt fokus på att försöka få fram en ännu bättre förståelse för hur jag bemöter just de individer som inte alltid syns eller hörs bland andra. Jag ställer mig själv frågan om de tysta barnen verkligen hörs i förskolan?

Jag vill minnas att jag själv var blyg som barn och hur det ibland gjorde att jag inte bjöds in till lekar, hur lärarna gärna pressade mig att svara på en fråga trots att jag inte räckte upp handen och hur utlämnad jag kände mig när det var dags att hålla föredrag inför hela klassen. Min egen blyghet försvann när jag var trygg med nära kompisar och när jag själv kände en säkerhet kring mig själv. Jag känner än idag att min blyghet återkommer i vissa situationer, och det är något jag tror att jag inte är ensam om. Alla är vi nog blyga till viss del eller i vissa situationer, men hur blir det då denna blyghet går överstyr? Och hur vet jag egentligen om min och samhällets syn på blyghet är den som anses vara korrekt, normal och den rätta? Vad har jag egentligen för rätt att ifrågasätta ett barns sätt att vara på? Dessa frågeställningar behöver jag ha i åtanke under arbetets gång. Jag tror att min egen erfarenhet av att vara blyg säkerligen har satt sina spår i mitt sätt att bemöta blyga barn i förskolan. Både på gott och ont, vilket jag tycker mig se i mina egna funderingar kring rätt och fel, och mitt handlande samt tveksamhet för hur jag ska agera i vissa situationer. För att mitt arbete ska ge mig något tillbaka behöver jag först försöka nysta i själva begreppet blyghet och försöka definiera dess innebörd.

Definition av ordet och dess betydelse

Vad innebär det att vara blyg? Är det ett personlighetsdrag, ett tillstånd, situationsbundet eller något ärftligt? *När* visar det sig? I hemmet, i förskolan, är det jämt eller vid nya situationer och personer? *Var* går sedan gränsen för att räknas som blyg? Vilka ord man använder kommer att påverka synen på samtal och händelser.

Adjektiv som introvert, blyg, tyst, osäker, försiktig, skygg, generad, tillbakadragen eller om det är en social hämning eller ett sinnestillstånd är alla förknippade med begreppet blyghet. Hur man väljer att definiera och använda dessa ord har stor betydelse i utformandet av olika forskningar och framförallt i resultatet av arbetet kring blyghet. (Besic 2009, s. 21).

Den vetenskapliga termen ”blyghet”, eller engelskans shy, beskrevs så tidigt som 1897 då zoologen Charles Darwin använde sig av ordet shyness för att beskriva hur människor och djurs ansiktsuttryck såg ut. Han konstaterade då att ”Blushing is the most peculiar and the most human of all expressions.” (Darwin 1897, s 309). Lite längre ner i sin text skriver även Darwin att ”Shyness - This odd state of mind, often called shamefacedness, or false shame, or mauvaise honte, appears to be one of the most efficient of all the causes of blushing.” (ibid. s. 329). Detta tycker jag visar att innebörden av blyghet länge har fascinerat folk och hur komplext det egentligen är att anses vara blyg. Ett ansiktsuttryck kan säga oss mer än en hel mening och hur vi då väljer att tolka det uttrycket kan vara betydande i den fortsatta kommunikationen.

Ytterligare en förklaring av begreppet är den som Philip Zimbardo, professor i psykologi, använder. Han definierar termen blyghet som ”Shyness is a mental attitude that predisposes people to be extremely concerned about the social evaluation of them by others.” (Zimbardo 1981, s. 15). Denna definition leder en in på det sociala och hur samhällets syn påverkar en, de många påtryckningar som existerar samt oron över att känna sig bedömd av andra. I sin text fortsätter Zimbardo skriva att blyghet innebär ”keeping a very low profile by holding back from initiating actions that might call attention to one’s self” (ibid. s. 15). När jag läser denna mening om att ”hålla en mycket låg profil”, tänker jag genast på de situationer där Emma varit involverad i. Hur det känns som att hon ibland försöker undvika uppmärksamhet genom att smälta in bland alla i mängden och inte dra till sig någon extra uppståndelse. Att bara vara. I berättelsen kring lunchen är Emma modig nog att viska ut svaret på det rätta djuret som kompisen beskriver, och när jag sedan påkallar allas uppmärksamhet så vågar Emma upprepa svaret lite högre, även om situationen kan ha upplevts som utpekande. När hon väl är modig nog att exponera sig själv en gång, kommer jag sedan och ”förstör” hennes försök i att bryta den låga profilen och visar att hon både kan och vill. I exemplet vid bygghörnan både hör och ser jag att Emma tar för sig, men när hon väl blir påkommen av att vi vuxna ser henne, tystnar hon och visar att det avslöjande blev för mycket för henne att visa, och hon blir återigen tillbakadragen och tyst i leken.

Den låga profilen kommer åter tillbaka och hon försöker att kamouflera sig bland de andra barnen.

För att hitta fler och även modernare exempel på definitioner av blyghet, gick jag in och läste på Socialstyrelsens hemsida. De har där publicerat en text gällande blyga och ängsliga barn. I den texten beskrivs vad blyghet anses vara och där samlar man olika kunskapsuppfattningar om barn med psykisk ohälsa. I ett stycke ur deras text står det att:

Barn ska alltid bemötas med respekt och på ett sådant sätt att de känner sig accepterade som de är, t.ex. tystlåtna och blyga. Samtidigt ska barnen få hjälp att hantera den rädsla, blyghet och oro som kan hindra dem från att använda sin personlighet och sina resurser.

(Gren Landell 2010, s. 39)

Tanken bakom denna text är god, att se individen och bemöta dem med respekt. Men samtidigt pekas blyghet ut som något som inte är önskvärt men som ändå ska accepteras. Blyghet innebär ett bekymmer som kan behöva hanteras och här ser vi även hur samhället ser på blyghet. Två ord som direkt utmärker sig hos mig är orden *hantera* och *hindra*. Dessa två ord är laddade och tolkningsbara och det är återigen här jag fastnar i mitt dilemma. Var går gränsen mellan dessa? Hur *hanterar* jag blyghet och vad kan jag göra för att *hindra* den från att gå överstyr?

I läroplanen finns många olika stycken skrivna kring lärande, utveckling, grupp och individperspektiv, men det står aldrig beskrivet *hur* man ska gå tillväga för att bemöta de olika behoven. I läroplanen från 1998 står det bland annat att "Förskolan ska ta till vara och utveckla barnens förmåga till ansvarskänsla och social handlingsberedskap, så att solidaritet och tolerans tidigt grundläggs." (Lpfö 98 2016, s. 4). Hur tar jag tillvara och stärker ett barns "sociala handlingsberedskap" om barnet inte är mottagligt för att utveckla den? Om jag inte når fram till ett barn eller inte vet hur jag ska göra det, vad hjälper då dessa mål mig? Texten är bra formulerad för att vara sådär lagom luddig och allmängiltigt att den når till alla. Men för mig känns det otydligt vad gäller frågan *hur* jag arbetar mot dessa mål. Det var först efter att jag lusläste den nya reviderade läroplanen från 2019 som jag märkte att detta stycke inte längre finns med. Nu har Skolverket istället formulerat sig bättre och smidigare i innehållet, vilket gör mig mer positivt inställt till uppdraget och dess fokus.

I läroplanen 2019 står det nu istället att ” Var och en som verkar i förskolan ska främja aktning för varje människas egenvärde och verka för en hållbar utveckling.” (Lpfö 18 2018, s. 5). Jag tolkar detta som att jag i mitt främjande för varje barns egenvärde, behöver anpassa mitt förhållningssätt till var och en utifrån deras olika behov och personlighet.

Med blyghet inräknad hit behöver jag alltså begrunda hur jag på bästa möjliga sätt bemöter detta barn här och nu och sedan fundera hur jag gör för att hjälpa till i en fortsatt utveckling.

Paul Pilkonis, som är professor i psykologi, gick ett steg längre i definitionen av blyghet och sa att den går att dela upp i ytterligare kategorier. Han skilde på personer som var blyga *privat*, och de som var *offentligt* blyga. De privatblyga personerna la mer fokus på *interna händelser* och där känslor som rädsla och obehag styrde över deras handlingar. Medan de offentligt blyga personerna istället var mera inställda på hur deras beteende och brister skulle *visa sig*. (Pilkonis 1977, s. 597). Om jag använder mig av dessa två definitioner i situationerna med Emma får jag denna tolkning. Jag uppfattat det som att Emma är privat blyg eftersom hon vid situationer som samlingen och lunchen tvekar över att svara, möjligen för att hon känner en rädsla eller ett obehag över att få uppmärksamheten riktat på sig, eller för att hon är rädd för att svara fel. Vid lunchsituationen och situationen då hon gjort sig illa vågar Emma visa sig mera, en möjlig anledning till det kan vara att det är färre personer i närheten och att hon då känner en större trygghet vid dessa situationer. De gånger jag själv kände mig som mest blyg, var de gånger då flera personer var i närheten. Rädslan över att göra fel och att känna sig pressad att inte skämma ut sig, var alltid större då fler personer var inblandade. Detta innebär återigen att *hur* vi ser på andra, och vår egen blyghet, påverkar hur vi kommer att agera, bemöta och handla med blyghet.

Under arbetets gång har jag mött mängder av olika definitioner av begreppet och jag känner mig fortfarande osäker kring ordets fulla betydelse och bakgrund. Jag har märkt att i arbetet kring blyghet så är tolkningen betydelsefull, då gränserna över vad som definieras som blyghet är svåra att komma fram till. För mig personligen dyker det upp några nyckelord i mitt huvud förknippande med begreppet blyghet. Ord som *tyst*, *tillbakadragen* och *introvert*. Det är främst dessa betydelser som jag kommer att syfta till i denna uppsats när jag hänvisar till blyghet. För att fördjupa mig ännu mer behöver jag försöka förstå hur forskare och andra anser blyghet först kommer från. I detta utforskande är jag dock inte ute efter att få fram ett konkret rätt svar, utan jag strävar istället efter att få en djupare förståelse för själva bemötandet av detta tillstånd eller personlighetsdrag.

Är blyghet ärftligt, situationsbunden eller ett personlighetsdrag?

Genom tiderna har blyghet funnits och forskats om, men beroende på vilken syn de enskilda forskarna har på blyghet, har deras forskning gett olika resultat. De diskuterar faktorer som genetiska, biologiska, utvecklingsfaktorer, omgivningens påverkan och psykologiska aspekter. Det jag funnit är att man oftast diskuterar kring tre olika huvudfaktorer angående blyghet. Det är om blyghet är *ärftlig, situationsbunden* eller *personlighetsbunden*.

Zimbardo tar upp och diskuterar kring just de olika faktorernas betydelser i sin text och börjar med att nämna att bebisar *faktiskt* skiljer sig känslomässigt och socialt åt. Vissa är mer känsliga och blyga än andra, men att det inte går att förutspå hur barnen blir när dem växer upp (Zimbardo 1977, s. 23). Han påpekar även att "Contained in the belief that there is a genetic component to shyness is the fairly widespread notion that shyness is inherited. Indeed, there is suggested evidence that shyness runs in families; at least one of the parents of a shy child is also likely to be shy" (ibid. s. 23). Här styrker han först argumentet om att ärftligheten är en tämligen vidspridd åsikt och faktor, för att direkt efter det istället skriva att "However, in those same families, there is as much chance that other children will not be shy." (ibid. s. 23). Slutligen så avslutar Zimbardo stycket med att förklara hur hans slutsats är att problemet ligger i hur svårt det är att skilja de ärftliga anlagen åt gentemot alla andra faktorer och konsekvenser såsom familjepåverkan, skola, jobb och kulturella erfarenheter (ibid. s.23).

Anna Kåver är inne på samma spår som Zimbardo och skriver även hon att "det finns många studier som tyder på att vi ärver ett anlag, en predisposition, att utveckla blyghet." (Kåver 1999, s. 63). Hon påvisar i sin text att man har gjort studier med tvillingpar i sociala sammanhang som visar hur olika sociala beteenden skapas och hur ärftligheten har en roll i blyghetens uppkomst. Ofta talar man även om att familjemedlemmar har likartade svårigheter (ibid. s. 63). Här betonar Kåver att familjefaktorn är viktig då forskningen visar att föräldrarnas beteende, bemötande och uppfostran styr hur barnet upplever sig själv och sin omvärld. (ibid. s. 64). När jag läser detta tänker jag på Emma och hennes familjesituation. Jag *vet* egentligen inget om hennes familjs bakgrund, men det jag upplever vid hämtningar och lämningar är att bägge två föräldrarna *inte* uppfattas som blyga eller tillbakadragna. Jag anser heller inte att de har ett dåligt bemötande, så då återstår bara uppfostran eller personlighetsdraget enligt Kåver, vilket är något jag inte kan svara på.

Det dessa två stycken visar är att det följaktligen råder en viss osäkerhet kring orsaken bakom blyghet. För trots att det kan finnas anlag för blyghet är det inte säkert att det är något som visar sig. Det verkar alltså inte gå att exakt bestämt fastställa hur blyghet uppkommer, utan det man kommit fram till idag är att olika faktorer spelar in i blyghetens utveckling och uppkomst på ett eller annat sätt.

Ytterligare en annan vinkel man kan inta är om blyghet går att koppla till vår evolution. Har det någon gång funnits en evolutionär fördel med blyghet? I tidningen *Forskning och framsteg* står det kort beskrivet i en artikel att ”Det finns ingen ensam förklaring till den sociala ängsligheten utan det rör sig om ett komplext samspel mellan arv och miljö. En del forskare menar, efter att ha studerat primaters sociala organisation, att ängsligheten kan botten i en evolutionärt formad rädsla för dominanskonflikter och att bli utstött ur gruppen.” (Furmark, 2013). Att blyghet även här kopplas ihop med rädsla finner jag intressant då känslan rädsla ofta dyker upp i mina efterforskningar kring blyghet. Kan det ha varit så att blyghet varit en typ av överlevnadsfaktor för många tusen år sedan och som sakta men säkert börjat växa bort?

Samhällets och olika kulturers syn att se på blyghet

Vårt sätt att handla och tänka regleras alltid av en typ av norm eller värdering. När det kommer till min egna, föräldrarnas, förskolan och samhällets syn så behöver jag analysera denna för att bättre förstå *varför* vi tänker som vi gör. Svårigheten med normer är att det ofta ses som självklara och därför inte problematiseras till vardags. Det är först när en norm bryts och något eller någon sticker ut, som vi börjar reagera (Engdahl, Ärlemalm-Hagsér 2015, s. 101). Dessa normer och värderingar förändras ständigt över tiden, och att vara normal i olika samhällen, kulturer och sammanhang kan skifta (ibid. s. 101).

I sin avhandling hänvisar Emily Bjernfalk vidare till Säljös syn och skriver att ”Vilket samhälle och i vilken kultur man växer upp i har också betydelse för hur barnet socialiseras. De villkor och materiella förutsättningarna skiljer sig åt mellan olika kulturer och samhällen.”(Bjernfalk 2013, s. 13). Hon skriver sen själv att ”Förväntningarna på hur barnet ska agera och vilka normer som råder inom kulturen är också avgörande för barnets socialisation och utveckling.” (ibid. s. 13).

I denna uppsats utgår jag ifrån våra svenska normer, värderingar, kultur och syn på blyghet. Men jag antar att de allra flesta föräldrar, oavsett kultur, vill att deras barn ska passa in bra samtidigt som många också vill få fram det unika i just deras barn. Att då försöka vara både unik och samtidigt en i gruppen blir här en paradox som vi ständigt måste kämpa mot. Så hur gör man egentligen för att bemöta alla barns olika sidor och personligheter, speciellt när ett barn anses ha blyga drag?

Blyghet kan ses på olika sätt beroende på den kultur som finns runtomkring en. Då kan synen på blyghet antingen hämma eller froda oss i mötena. Charlotte Alm, universitetslektor, tar upp olika kulturexempel från Thailand, USA, Kina och Kanada. Hon tolkar även att det i västerländska delar av världen så kan blyghet uppfattas som negativt eftersom den sociala kompetensen uppskattas mycket, medan de i andra delar av världen, såsom Asien kan blyghet ses som positivt då det är bra att ha självkontroll inför andra och att respektera olika sociala ranger (Alm 2006, s. 18). Senare i sin avhandling menar hon att trots att de studier som finns inte är konstanta, så tyder de ändå på att det *finns* kulturella skillnader mellan blyghetsinnebörden. Hon pekar här på ytterligare ett exempel som visar hur synen på hjälp kan ses på i olika länder. ”In India, lending a helping hand is morally correct independent of whether it was done as a social obligation or of free will, whereas in America helping behaviors that occur under social pressure do not necessarily reflect a ”good” personality.” (ibid. s. 31).

I avhandlingen *Förskolan som normaliseringspraktik* skriver författaren Ann-Marie Markström att ”För att betecknas som ett riktigt dagisbarn eller förskolebarn, krävs vissa egenskaper, t.ex. att barnet är öppet och aktivt. Ett tystlåtet och till synes passivt barn kan då bli till ett problem.” (Markström 2005, s. 160). Här visar citatet att vi har en bestämd bild över hur ett ”riktigt förskolebarn” ska vara. Vidare står det att ”De barn som inte är aktiva och självgående tillsammans med övriga barn i gruppen, anses behöva en särskild insats av personalen för att bli mer sociala.” (ibid. s. 160). Går ett barn emot denna bild av normalitet så upplevs barnet som problematiskt på ett eller annat sätt och behöver stöd för att bli mer socialt och utåtriktat. Stycket avslutas med att säga att ”Både föräldrar och personal anser att barn som är tysta eller är tillbakadragna, måste aktiveras för att bryta sitt tysta och tillbakadragna beteende, d.v.s. bli ett normalt förskolebarn.” (ibid. s. 160).

Vad detta stycke också visar är att både föräldrar och personal har en inpräntad syn på normalitet och hur ett barn *bör* vara. Då barn anses vara blyga går de utanför våra normer och behöver stöd för att korrigera det. Denna syn är så djupt rotad att jag själv under arbetets gång hela tiden kritiserar mig själv kring hur jag tänker om blyghet. När jag i mitt arbete hela tiden återgår till mitt dilemma med Emma tvekar jag ibland över hur jag tolkar hennes signaler. Det jag upplever som tillbakadragenhet kanske inte alls stämmer in på den bild hon själv har. Det slår mig nu att hur jag än bemöter henne och andra barn, så *vet* jag aldrig om jag kommer att ha handlat rätt. Jag kommer alltid att undra över vilket beslut och vilken handling som var rätt och den enda tröst jag får av detta är att jag litar på att jag alltid gör mitt bästa.

Ställer jag mig själv frågan, *vad innebär kultur och interkulturalitet för de sociala koderna i mötana med varandra?* så kan ett exempel yttra sig på detta sätt. Om vi befunnit oss på en kinesisk förskola så hade Emmas beteende kanske inte setts som annorlunda av mig utan istället åtråvärt. Jag kanske hade berömt henne eller hennes föräldrar för ett gott uppförande och inte lagt någon fortsatt fokus på henne. Hade vi istället befunnit oss i USA så hade jag troligtvis bemött Emma på ett sätt helt annat sätt. Kanske drivit på henne mer och sett till så hon istället blev tvingad till att bli mer social och utåtriktad. Dessa två exemplen får påvisa hur olika kulturkontraster *kan* se ut. I denna jämförelse tror jag att Sverige skulle hamna någonstans mittemellan dessa två sätt att bemöta blyghet på. I vår kultur tror jag vi försöker hitta en balans mellan att få vara sig själv och att samtidigt försöka passa in i samhället, vilket leder mig tillbaka till en av mina tidigare frågor, vad har *jag* isåfall för rätt att försöka ändra någons beteende? Detta gör mig ännu mer fundersam över varför jag reagerar på just det sätt jag gör. Kontentan av dessa tankeexperiment blir att vi hela tiden behöver ha flera olika faktorer inräknade när vi möter barn. Såväl de som vi anser vara blyga och för dem som inte anses vara de.

Om vi utgår från att läroplanen är framställd av de samhällsrådande normer som bildats och formulerats och som vi i förskolan ska följa och utgå från, kan vi avläsa hur samhället anser blyghet är och hur vi ska hantera den. Med hjälp av hermeneutikens sätt att tolka kunskaper genom texter och uppbyggandet av nya förståelsehorisonter, kan jag försöka mig på att tolka läroplanens innehåll och se hur vi i förskolan ska bemöta blyghet då. På Skolverkets hemsida under fliken *allmänna råd om förskolans uppdrag* står det att ”Verksamheten ska anpassas till alla barn i förskolan. Alla barn ska få erfara den tillfredställelse det ger att göra framsteg, övervinna svårigheter och att få uppleva sig vara en tillgång i gruppen.

Förskolan ska erbjuda barnen en trygg miljö som samtidigt utmanar och lockar till lek och aktivitet.” (Skolverket, s. 8). När jag läser detta tycker jag att det är bra formulerat för att vi ska se till alla barns olika behov och förutsättningar. Läroplanen försöker se till att *alla* barn ska ses och få den rätt till stöd och behov som de behöver för att utvecklas. Men när jag läser lite längre ner står det att ”Barnets självkänsla och identitet utvecklas i samspel med andra barn och vuxna. Det är därför viktigt att det i barngruppen skapas förutsättningar för det enskilda barnet att ingå i relationer med andra barn och med personalen.” (ibid. s. 20). Det poängteras här vikten av självkänsla, samspel och identitet, men hur gör vi när förutsättningar finns men barnet inte själv vill? Vad händer om barnet själv inte är mottaglig eller *vill* för att utveckla dessa kompetenser och förmågor? I mitt fall hjälper det kanske inte alltid Emma eftersom hon själv inte vill ha någon relation med oss i personalen. Hon visar att hon har bra relationer till vissa av hennes kompisar och det kan trygga min egen en aning, men samtidigt så vet jag inte heller om det är tillräckligt för att utveckla ett samspel mellan henne och andra vuxna för framtidens skull. Det känns som att Emma väljer att exkludera sig själv från de vuxna och istället enbart fokusera på sina kamrater. Jag som försöker se ett framtidsperspektiv tvekar då jag å ena sidan tror att Emma kommer klara sig galant, medan en annan röst inom mig samtidigt säger att de kanske inte blir så. Kan jag lägga ansvaret på Emma och hoppas att det enbart är jag som inbillar mig svårigheter eller behöver jag försöka stödja henne trots en motvilja?

Vad kan konsekvenser av blyghet leda till?

Vanligtvis framhävs begreppet blyg som något negativt och icke önskvärt. Olika följder av blyghet kan ge svårigheter gällande beslut och handlingar för individer gällande språk, det sociala eller livsbeslut. I uppsatsen *arbete om blyga barn i förskolan* refererar författarna Gafari och Wahlqvist till professorerna Coplan, Schneider, Matheson och Grahams jämförelser av blyga barn gentemot de sociala barnen. I deras framställningar visar de att de blyga barnen oftare brister i den sociala kompetensen och att ”sociala sammanhang kan medföra ångest för blyga barn till den grad att den hindrar deras förmåga att interagera framgångsrikt med andra barn och vuxna.” (Gafari & Wahlqvist 2011, s 16). Här tänker jag på Emma i bygghörnan och hennes sätt att reagera på situationen. Hon skrattar, pratar och har kul med sin kompis då hon först inte vet att hon är iakttagen.

När hon väl märker att vi observerar henne drar hon sig tillbaka och skiftar istället sin personlighet till den tysta och tillbakadragna Emma. Även den gången då Emma inte vill berätta själv vad som hade hänt när hon gjort sig illa, tycker jag visar hur hennes blyghet hindrar henne från att verkligen visa hennes rätta jag och kommunicera med andra vuxna. Bägge situationerna tydliggör problematiken som blyghet kan innebära. Jag är mån om Emma och hoppas för hennes skull att hennes blyghet *inte* kommer att innebära några framtida svårigheter eller dömande från andra barn och vuxna runtomkring henne. Zimbardo skriver efter att ha gjort en undersökning om blyga barn att "By four years of age (middle-class) children in our culture have a coherent conception of what it means to be shy; shyness is a negative state that inhibits social actions and interactions and restricts opportunities to have fun (Zimbardo 1981, s. 13). Om barn vid en så tidig ålder redan är självmedvetna om vad det innebär att vara blyg, så tror jag det kommer påverka dem hur de väljer sina lekkamrater och hur deras kommunikation med vuxna är och hur de ser på sig själv och varandra.

Positiv syn kring blyghet

Jag har tidigare i uppsatsen tagit upp olika kulturers syn på blyghet och att det kan uppskattas som positivt beroende på olika kulturers inställning. Trots att det var svårt att hitta forskning om de positiva sidorna fann jag emellertid en del tankar kring blyghet som kan uppskattas. Återigen har jag valt att vända mig till Zimbardo och hans forskning. Han skrev att "There are those who are not shy who view shyness as desirable in others because it makes them act modest, unassuming, demure, and agreeable." (Zimbardo 1981, s. 17). Tyvärr lägger han sedan till i samma stycke att "However, it also makes such shys more easily influenced and controlled by not-shy exploiters. We have yet to meet one very shy person, whether he or she be four or eighty-four, who sees shyness as a personal asset (ibid. s. 17). Detta gör det ganska klart för mig att blyghet är svår att ta koppla till något som är positivt, i alla fall i vår kultur och med de normer vi idag agerar efter. Detta leder mig även vidare till tankar kring våra förväntningar på barnen i förskolan idag. Förskolan förväntar sig att barnen ska utvecklas till att vara aktiva, kreativa, kompetenta och ansvars-kännande samhällsmedlemmar. (Lpfö 18 2018, s. 7). Så när ett barn inte responderar som vi vill och önskar, upplevs det att barnet är avvikande och behöver korrigeras.

Den allmänna synen på blyghet är oftast inte någon positiv och blir därför svårt att förändra, men när jag fortsatte att leta vidare efter positiva inslag av blyghet fann jag dock många artiklar och krönikor där blyghet lyftes som något uppskattat och värdefullt. Trots att dessa åsikter inte alltid är baserade på forskning, fann jag det intressant att få höra olika personers positiva tankar kring blyghet.

Nejra van Zalk, doktorand på blyghet vid Örebro universitet, betonar i en artikel det positiva med blyghet. Hon understryker att blyghet inte är kopplat till sämre intelligens eller lägre kreativitet. Vidare i artikeln säger hon ”Att vara en god lyssnare, analysera situationen innan man yttrar sig, inte hoppa på folk och visa empati – egenskaper som många blyga har – borde skattas högt i arbetslivet. Kanske är det dags att omvärdera begreppet social kompetens? I Kina anses blyghet vara en ledaregenskap.” (Rönnerberg 2010).

I en krönika lyfter Christina Mångård upp blyghet som en bra social kompetens. Hon anser att den som är blyg är van vid att lita på sig själv och att blyghet är bra för att kunna skapa och vara kreativ. Hon skriver här att ”Blyga människor iakttar och lär sig mycket om världen och om sig själva och de har stor förståelse för hur andra reagerar. Och de är inte svagare bara för att de inte strävar efter att alltid själva stå i centrum. De kan se och lyssna till andra människor och det är något som man lär sig mycket av.” (Blyghet är en bra kompetens, Christina Mångård 2012).

Nejra Besic är inne på samma spår som van Zalk och nämner de goda egenskaper som blyghet innebär. Hon tar även upp det som jag tidigare nämnt om olika kulturers syn kring blyghet och säger att ”Dessutom betraktas ofta blyga människor som fina personer av sin omgivning. De är goda lyssnare och tänker efter innan de handlar. I andra delar av världen uppskattas blyghet och ses till exempel som en god ledaregenskap.” (Besic 2009).

Jag kan personligen tycka att blyghet i sig kan vara en tillgång om man t.ex. paras ihop med personer som antingen pratar alldeles för mycket eller tar för sig för mycket. Att det blir en balans mellan för lite och för mycket. I Emmas fall anser jag att hennes blyghet i vissa fall gynnar henne då hon i leken kan få njuta av att inte behöva bestämma eller styra vart leken leder till, medan hon i andra fall kanske skulle behöva ”ryta ifrån” då hon möter ett motstånd som inte främjar henne. Så att hon i framtiden inte riskerar att bli överkörd av kompisarna som bestämmer i leken.

Att kunna balansera blyghet är alltså något som är bra att kunna hantera, så att man i olika situationer både kan backa tillbaka för att i nästa stund våga ta för sig då det passar. Tyvärr låter detta ganska enkelt när det står nedskrivet, medan det är en helt annan sak att faktiskt *göra* det. För att detta ska fungera och för att barn ska kunna klara av detta avvägande, så använder vi i förskolan ofta oss av begreppet ”det kompetenta barnet”.

Det kompetenta barnet och dess sociala kompetens

I dagens samhälle pratas det mycket om förmågan att ha god social kompetens. Ordet är tolkningsbart i sig och det framställs av många som något positivt och något att eftersträva, men vad menas med det? Vygotskij ansåg att social kompetens var grunden i människors utveckling. Han menade att det mänskliga samspelet är det som etablerar den sociala kompetensen och att alla barnets förmågor helt och hållet utvecklas i de sociala relationer, såväl intellektuella, emotionella, sociala och existentiella (Strandberg 2006, s. 47). ”Begreppet har ungefär lika många definitioner som användare” skrivs det i *Med sikte på förskolan – barn i behov av stöd* och där en översiktlig definition av social kompetens listas enligt Meisels, Atkins-Burnett och Nicholson (Sandberg 2009, s. 197). Där står det att social kompetens innebär att ”ha fokus på sociala färdigheter, nå sociala mål och kunna upprätthålla relationer till andra personer och att göra lämpliga sociala bedömningar och agera därefter, något som brukar kallas för social problemlösning.” (ibid. s. 197).

I förskolan använder man sig oftast av ordet *det kompetenta barnet* för att visa på barnens utveckling och lärande. Vi har här återigen läroplanen att luta oss tillbaka på för att se hur det kompetenta barnet utvecklar olika färdigheter och förmågor som vi anser vara lämpliga. I ett stycke från läroplanen 1998 står det att ”Förskolan ska vara en levande social och kulturell miljö som stimulerar barnen att ta initiativ och som utvecklar deras sociala och kommunikativa kompetens”. (Lpfö98 2016, s. 6). När jag läste detta tänkte jag direkt på vad konsekvenserna blir för de barn som *inte* tar initiativ och i längden utvecklar deras sociala och kommunikativa kompetens. I Emmas fall tar hon små initiativ stundvis, men kanske inte i den utsträckning som behövs för att hinna med att följa strömmen i dagens förskoletempo. Efter att ha fortsatt att tolka detta stycke uppfattade jag det som att pedagogerna i förskolan ska försöka bygga ”upp olika personligheter” genom att ge dem möjligheter och utmaningar där de kan utvecklas.

Jag förundras över hur jag som förskollärare ska bidra och uppmuntra en individs personliga och sociala utveckling på ett eller annat sätt. I min professionella roll som förskollärare ska jag utmana och ge barnen de rätta förutsättningarna så att de själva kan vidareutveckla sina personligheter och bli goda samhällsmedlemmar. Inget lätt uppdrag när man i en grupp möts av 20 eller fler unika individer varje dag. Men när jag läste igenom den nya reviderade läroplanen från 2019 så blev jag glad över att de hade förändrat detta stycke. Numera står det istället att:

Förskolan ska vara en levande social gemenskap som ger trygghet samt vilja och lust att lära. Barn skapar sammanhang och mening utifrån sina erfarenheter och sätt att tänka. Därför ska de i förskolan möta respekt för sin person och sitt sätt att tänka och förstå sin omvärld. Alla som arbetar i förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla tillit och självförtroende.

(Lpfö 2019, s. 7)

Detta stycke är jag tacksam över att Skolverket har ändrat. Ord som *trygghet*, *erfarenheter* och *förståelse* anser jag är viktiga att få med när det kommer till barn som anses blyga. Vilket jag uppfattar detta stycke får med på ett bra och välformulerat sätt. Enligt mig så utvecklar man barns kompetenser genom att ge dem goda förutsättningar till kunskapssökande. Detta sker genom att vi ger dem en stabil och trygg grund för att sedan utmana och locka dem att utforska omvärlden.

I samband med det nya intresset för blyga barn på 1990-talet fann man att det fanns två grupper av blyga barn, *passivt* och *aktivt* tillbakadragna. (Sandberg 2009, s. 196). Dessa två uppfattningar är snarlika de som Pilkonis beskrev – en privat och offentlig blyghet. Men här ansåg man istället att de passiva barnen inte formade sociala relationer med andra barn och där följderna av det blev en brist på samspel. Detta i sin tur gjorde att de inte fick samma möjlighet att träna upp en social förmåga eller kompetens. De aktiva barnen var aktivt socialt, men blev tillbakadragna som en konsekvens av att andra barn hindrade dem från att delta i sociala aktiviteter (ibid. s. 196). Senare i boken understryker man även att den sociala kompetensen alltid ska ses som en bedömning som sker mot bakgrund av den sociala situationen, och vem som utför det sociala beteendet (ibid. s. 199). Om jag applicerar detta sätt att dela upp blyghet i två grupper, anser jag att Emma hamnar i den aktivt tillbakadragna gruppen. Hon är aktiv och leker och samspelar med andra men vågar inte alltid säga till eller ifrån, vilket gör att hon ibland inte deltar i vissa kompisars lekar.

Hon försöker stundvis att bryta sig loss från denna grupp, vilket hon visar i lunchexemplet när hon deltar i gissa djurleken. Efter att först ha observerat de andra kompisarna under en längre tid, viskar hon ut de rätta svaret, för att sedan bli tvungen att upprepa sig och säga svaret högre. Vid exemplet i samlingen när Emma vill svara så hörs inte svaret återigen och inför alla andra blir hon uppmärksam av en annan kompis. Detta kan ses som ett hindrande eftersom hon behöver upprepa sig inför många fler personer här. En möjlig effekt av detta kan vara att Emma framöver inte vill delta i gruppdiskussioner på grund av en rädsla för ett utpekande och utelämnande inför alla andra.

Diagnoser

Selektiv mutism, social fobi, ångest och rädsla är alla laddade termer som hör ihop med blyghet. Då blyghet blir alltför tydlig och hämmande, går det ibland att koppla ihop det med diagnoser som förklaringar. För att blyghet ska bli klassad som en diagnos, behöver beteendet eller tillståndet passa in enligt ett visst mätsystem och ha särskilda kriterier, som beskrivs i DSM (Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders) I detta kriteriesystem fann jag många beskrivningar av blyghet olika i blyghetsnivåer, dess olika symptom och hur de kan utmärka sig (Socialstyrelsen 2010). Dessa diagnoskriterier är till för att underlätta säkerhetsställandet av vissa svårhanterliga tillstånd och personligheter samt att hjälpa de som är i behov av olika typer av speciellt stöd, men jag misstänker att vissa av dessa diagnoser gällande blyghet har framkommit för att förenkla, förklara och hantera de beteenden som vi inte ser som önskvärda eller upplever som problematiska. När jag först lärde känna Emma så märkte jag efter en tid hur hon var mot mig och andra och det var då jag i tysthet började observera henne för att se hur den blyghet jag upplevde mig se hos henne utmärkte sig. Här finns det kriterier som både passar in och motsäger Emmas blyghet som en diagnos. Från DSM kriterierna kan man direkt avläsa att social fobi utmärker sig av en stark rädsla för andras uppmärksamhet och risken att i sociala sammanhang bli granskade och bortgjorda. Vidare i texten står det även att fobin ofta leder till en överdriven uppmärksamhet på det egna beteendet och ett undvikandebeteende som kan begränsa möjligheterna att fungera i sociala sammanhang (Socialstyrelsen 2017). Här anser jag att Emma *inte* uppfyller alla kriterierna helt då hon t.ex. *är* med under samlingarna, lunchen och andra sociala sammanhang. Hon undviker gärna situationer då hon behöver stå i centrum men vågar också vid andra tillfällen visa sig och prata inför de andra.

Jag anser även att Emma inte undviker de andra barnen utan snarare ses som tillbakadragen och observerar dem tyst. Dessa argument för och emot en diagnos är dock det jag själv anser angående Emma. Någon annan pedagog kanske tolkar Emmas beteende som ytterligare problematiskt och därför anser att kriterierna är tillräckliga för att sätta en diagnos på henne. Detta får mig även att inse hur komplext inte bara blyghet är, utan kraven på diagnoser, vilket jag anser är bra.

I dagens samhälle där många av våra problem och svårigheter hela tiden ska förklaras med en bakomliggande orsak och anledning, där allt ska märkas och redas ut, så ställer sig psykologiprofessorn Christopher Lane kritiskt till de nya termer, etiketter och symptom som hela tiden tilldelas begreppet blyghet. I inledningen till *Shyness – How normal behavior became a sickness*, menar Lane hur hans mammas generation ansåg att blyga människor enbart vara introverta och möjligen annorlunda, men aldrig som sjuka. Han fortsätter skriva att blyghet idag inte anses vara blyghet längre, utan att det hela tiden skapas nya namn och symptom på något som säkerligen nästan hela världen lider av (Lane 2007, s. 1). När jag läser på om material som tillhör ämnet blyghet så förstår jag vad Lane menar. Begreppet och personlighetsdraget har alltid varit vagt förklarat men oftast accepterat av andra med viss förståelse. I dagsläget kommer kraven på den sociala biten – kompetensen – in väldigt tidigt i våra liv.

Samhällets normer bestämmer hur vi ska vara för att anses ”normala” och är man utanför ramarna räknas man till de utstickande och annorlunda. För att hjälpa dessa människor tror jag vi behöver kategorisera och sortera ut det som sticker ut, vare sig det är ett personlighetsdrag eller något annat. I mitt fall med Emma så hittar jag punkter som stämmer in på det som normalt sätt anses vara ett blygt beteende, men samtidigt även moment där Emma bryter mönstret och motsäger blyghetsdefinitionen. Jag upplever t.ex. att Emma inte alltid har ögonkontakt utan tittar ner i marken, inte svarar på uppmaning eller deltar så ofta i samtal. Vid bygghörnesituationen hörde jag däremot hur Emma pratade, hade roligt med sin kompis, för att i nästa stund vara tyst och tillbakadragen. När Emma hade slagit sig ville hon först varken visa eller berätta vad som hade skett, det tog tid, mod och en kompis som kunde återberätta händelsen först, innan hon själv klarade av att bekräfta. Som jag tidigare nämnt i samband med DSM-kriterierna så bröt Emma även här mönstret för det som ansågs vara blyga.

Selektiv mutism

Efter att ha letat upp material relaterade till ämnet blyghet, fann jag denna artikel med en bra definition av selektiv mutism och som även knöt an till mitt dilemmafall. Vad selektiv mutism innebär är att barnet som av andra upplevs som blyg, egentligen kan ha extrem ångest att prata inför andra i vissa situationer. Det kan beskrivas som en form av social fobi. Barnet kan prata som vanligt hemma i en trygg miljö med sina föräldrar men vara helt tyst i andra miljöer som kanske är otrygga eller osäkra. Sahlgrenska universitetssjukhus skriver att:

Forskning har ännu inte visat vad selektiv mutism beror på. Troligen finns både en genetisk komponent (Ofta finns liknande symptom i släkten) och en miljömässig. Studier har visat att många barn med selektiv mutism har särskilda personlighetsdrag. De är generellt mer tillbakadragna, perfektionistiska och oflexibla än barn i allmänhet. Några av barnen har också ett trotsigt beteende, framförallt i hemmet.

(Sahlgrenska Universitetssjukhus)

Det jag finner intressant med detta är att forskare inte kommit fram till vad diagnosen mutism härrör från. Det går alltså inte riktigt att bevisa hur denna extrema blyghet uppkommer. De generella dragen som står beskrivna tycker jag inte heller stämmer överens med de blyga barn jag själv har mött under åren. Men då kanske det även är så att jag inte har mött barn med diagnosen och den graden av blyghet heller.

En tanke jag får av detta stycke är om Emma, som beskrivs av föräldrarna som ”pratglad” hemma, men där min personliga syn om hennes personlighet på förskolan, inte stämmer överens med föräldrarnas. Var på ”blyghetsgraden” ligger Emma? Är det något som i framtiden kan innebära vidare svårigheter för henne, eller är det ytterligare ett fall av ”sådant som går över”? Eller är hennes blyghet enbart situationsbunden?

Social fobi och social ångest

”Vi har förmodligen alla gått igenom någon form av blyghetsfas i våra liv.” (Kåver 1999, s. 61–62). Denna mening skriver Anna Kåver i sin bok *Social ångest – att känna sig granskad och bortgjord*. En passande tanke gällande mina dilemman och även blyghet i allmänhet, då jag tror att vi ibland är lite snabba med att döma och lägga folk i olika sociala fack.

Skillnaden mellan den sociala ångesten och att enbart vara blyg är om blyghet hos en person är kvar och förvärras så kan det leda till social ångest. Kåver skriver att det kan vara de sociala kraven som vi idag har som bidrar till att blyghet utvecklas till social ångest och pekar även på att forskning visar ett samband mellan en tidig utvecklad blyghet och social ångest i vuxen ålder (ibid. s.61–62).

Vad innebär detta för Emma då? En möjlig utgång kan ju vara att hennes blyghet eskalerar när hon blir äldre, eller så blir det inget problem alls. Hon kanske behöver stöd för att hennes blyghet inte ska utvecklas till en social ångest, eller så genomgår hon kanske enbart en fas i livet där hennes personlighet är introvert och tillbakadragen och detta kanske inte alls kommer vara något som påverkar henne i framtiden. Men när jag läser Zimbardos ord om social fobi slås jag återigen av hur mycket av dessa ord som stämmer in på Emma och hennes sätt att handla. I sin bok *Shy Child* tar Zimbardo upp synen på social fobi och skriver att:

”According to the current psychiatric diagnostic manual, shyness is a social phobia, its essential feature “is a persistent, irrational fear of, and compelling desire to avoid situations in which the individual may be exposed to scrutiny by others. There is also fear that the individual may behave in a manner that will be humiliating or embarrassing.”

(Zimbardo 1981, s. 17)

Zimbardo jämför den fobi vi människor har med olika objekt, företeelser och djur och säger att om man tex är rädd för en orm eller höga höjder så är det oftast lätt att hantera de situationerna genom att undvika dem, eller flytta på sig. Men hur hanterar vi fobin när det kommer till människor? Ett tillvägagångssätt är att isolera sig och vända sig inåt och stänga ute folk. Men följden av detta blir att de inte kan ta till sig möjligheten att träna upp det sociala samspelet som behövs (ibid. s. 17). Detta sätt att se på leder mig återigen in på min tidigare fråga – *vilken rätt har jag egentligen att ändra ett barns beteende?*

Jag förstår att det behövs en social kompetens och ”framåtanda” idag och att en irrationell rädsla (för utomstående) inte alltid är lätt att träna bort. Så när jag blir osäker på var gränsen går, hur ska jag då gå tillväga för att uppmuntra en person som inte alltid *vill* vara delaktig eller pratsam?

Hur kan pedagoger stödja blyga barn?

Om vi nu kan konstatera att det finns barn som uppvisar tecken av blyghet, hur går vi då vidare för att hjälpa dessa barn att nå deras individuella utveckling vi så gärna eftersträvar? På sidan 11 skriver jag om mina egna upplevelser av blyghet när jag var liten. Här finns några gemensamma faktorer som jag tror är betydande för arbetet kring blyghet. Ord som trygghet, självsäkerhet och en social gemenskap. Där jag jobbar vill vi ha en samsyn i vårt arbetssättet, vi ska med andra ord sikta mot samma mål och ha ett överenskommet förhållningssätt. Men när jag delar med mig av mina tankar kring Emma med mina kollegor märker jag att de inte alltid ser samma saker som jag, utan tolkar det på sitt eget sätt, säkerligen påverkade av sin egen kultur, tidigare erfarenheter och sin personliga syn på blyghet. Min kollegas syn angående Emma var att hon ”pratade som alla andra”, då Emma kunde nämna några enstaka ord under hela dagen. Därför anser jag att det är viktigt att ha några kärnpunkter att eftersträva efter. Jag kommer i detta avsnitt ta upp några betydelsefulla punkter som jag själv anser är viktiga att tänka på när vi bemöter blyga barn och hur vi i ett fortsatt arbete kan göra för att stötta dem. För mig är förhållningssättet, bemötandet och kommunikationen den första viktiga punkten. Den andra punkten är trygghet och relationsskapande. Den tredje punkten är samspel och delaktigheten med andra. Den sista punkten är att öka självkänslan och självförtroendet. Alla de här punkterna går hela tiden in i varandra och finns även med på ett eller annat sätt omformulerade i läroplanen. Dessa punkter är även något jag överlag anser är viktiga att ständigt återkomma till i arbetet med barn, men då framförallt kanske för de barn som anses vara blyga.

Förhållningssätt och bemötande

Vårt förhållningssätt är enligt mig det som är grunden för lärandet och utvecklingen i förskolan. Det är i vårt sätt att bemöta barnet och lärandet tillsammans, som gör att vi kan ge barnen den utveckling och trygghet de har rätt till. För att ett värdegrundsarbete med barn ska ta vid, behövs det lek anser jag. Lekens betydelse lyfts i läroplanen från 2018, där det står att ”i leken får barnen möjlighet att imitera, fantisera och bearbeta intryck. På så sätt kan de bilda sig en uppfattning om sig själva och andra människor.” (Lpfö18 2018, s. 8). Har vi ett bra förhållningssätt och bemötande mot varandra, anser jag att barnen kommer efterlikna det i leken och med sina kompisar.

Fortsätter man läsa i läroplanen står det även att ”Barnen lär sig genom lek, socialt samspel, utforskande och skapande men också genom att iaktta, samtal och reflektera.” (Lpfö18 2018, s. 11). Att de tar med iakttagandet och reflektion är klokt eftersom reflektionen möjliggör ett återkommande till de som redan har skett, men som kan diskuteras för att väcka en vidare förståelse och utveckling hos barnen.

Vi pedagoger behöver också se blyghet som något positivt och inte vara för snabba med att sätta etiketter direkt på barnen, utan istället bemöta dem som vilka andra barn som helst. Brophy skrev att ”Shyness begins to emerge as a problem if it becomes not merely situational but dispositional, so that the child is labeled as shy.” (Brophy 1996, s. 2). Efter att ha läst detta förstår jag ironin i det hela eftersom jag själv har valt att använda mig av etiketter för att urskilja de barn som jag anser är blyga. Samtidigt anser jag att det behövs en viss kategorisering för att skilja ut det blyga beteendet och sen fortsätta ett stödjande arbete om det behövs. Om vi bemöter ett barn som vi *vet* är blygt, kan vi handla på ett annat sätt än ett barn som upplevs som icke-blygt. Detta för att stötta individen och se till att detta barn även får den rätt till utveckling och lärande som de har rätt till.

Andra faktorer som även är hör ihop med förhållningssättet och bemötandet är våra tidigare och egna erfarenheter. Hur min uppväxt, och de bemötande jag erfarit har format mig som person och pedagog. På vilket sätt samhällets normer och värderingar har influerat mig och hur detta i sin tur omedvetet och medvetet kommer att färga min uppfattning kring blyghet, vilket jag är säker på att det har gjort.

Trygghet och relation

Vygotskij menade att ”det är genom sociala och kulturella erfarenheter som människan i samspel med andra formas som tänkande, kännande och kommunicerade varelse.” (Forsell 2011, s. 155). Trots att jag inte alltid får den kontakt med Emma som jag önskar, upplever jag att hon känner sig trygg i den relation vi har, i mindre grupper samt med sin närmaste kompis. I exemplet från bygghörnan uppfattar jag Emma som trygg och där hör jag hur ett samspel äger rum. Strandberg skriver utifrån ett av Vygotskij's citat att ”De förskolor och skolor som skapar många samspel mellan barn och vuxna, och mellan barn och barn kommer därför skapa en kraftfull plattform för barnets lärande och utveckling.

När pedagoger och lärare uppmanar det enskilda barnet att söka upp en kompis bidrar de till hennes eller hans utveckling.” (Strandberg 2006, s. 49). Kan detta då betyda att om jag uppmanar Emma till att ta hjälp av en kompis, kan jag kanske ändå bidra och känna en trygghet i att hon förmodligen får en individuell utveckling i samspelet mellan kompisarna?

Arbeau, Coplan och Weeks menar att *relationen* med läraren i den tidiga barndomen spelar en avgörande roll för barns *sociala, emotionella* och *akademiska* utveckling samt att en nära relation med en lärare ger barnen en trygg bas för att utforska skolmiljön, vilket även kan leda till ökade möjligheter till social interaktion och nära relationer med klasskompisarna. (Arbeau, Coplan & Weeks 2010, s. 260). Men låt oss då säga att barnet *inte* har en sund relation med sin lärare. Konsekvensen av detta kan då bli att barnet växer upp utan att ha fått någon möjlighet till vidare utforskande, utvecklande och positiv syn på lärandet. Detta barn ges kanske inte samma möjligheter till att socialiseras sig med nära kamrater utan håller sig istället undan. Även i *Att bli förskollärare* skrivs det att personligheten utvecklas i samspel med andra människor. Både den emotionella, sociala och kognitiva utvecklingen formas i detta samspel. I texten betonas även vikten av lekkamrater och social delaktighet in (Sandberg 2014, s. 131). Detta fortsätter att bekräftas av Fanny Jonsdottirs avhandling där hon skriver hon att ”Oberoende av teoretisk skola finns det stöd för att ett nära samarbete och samspel mellan människor (barn och vuxna) främjar individers sociala, emotionella och kognitiva utveckling.” (Jonsdottir 2007, s. 16). Vad detta visar är att en trygg relation med både vuxna och barn är ett måste för att barn ska utvecklas och återigen så är detta nog ännu mer viktigt för de blyga barnen som kanske inte anknyter lika mycket som de övriga barnen.

Samspel och delaktighet

Samspel och delaktighet sker i sociala sammanhang och där det ibland kan behövas en uppmuntran till att samarbeta. Jag tror att man genom det sociala samspelet kan hjälpa barn som anses vara blyga att träna upp ett ”önskat beteende.” Hur vi får detta önskade beteende är genom interaktion med varandra. För att ge barnet en trygghet, se deras samspel och förstå deras delaktighet behöver vi först förstå att barn är och handlar i olika situationer. Om det finns trygghet och ett samspel mellan kompisarna och lärarna så tror jag att det blyga barnet kommer att succesivt börja socialisera sig med andra och även våga ta för sig mera. När barnet känner sig trygg med pedagogen så kan pedagogen hjälpa till att utveckla barnets samspel och kommunikation.

Furmark, Hedman, Tillfors & Ekselius skriver i en artikel att ”De ingående komponenter som visat sig mest effektiva är *exponering*, dvs att personen under kontrollerade former gradvis utsätter sig för situationer som han eller hon är rädd för, samt kognitiv omstrukturering, där dysfunktionella tankemönster förändras genom aktiva terapeutinsatser under behandlingen.” (Furmark, Hedman, Tillfors, Ekselius 2011). Dessa behandlingar är tänkta för personer som har social fobi och är enbart gjorda på ungdomar och vuxna, men jag anser att själva konceptet även fungerar likartat på barn. Om pedagogen tillsammans med det blyga barn hjälps åt att i små steg möta det som kan vara främmande och otäckt, kan ett oönskat beteende och drag tränas bort. Även Vygotskij var inne på samma spår med exponering och menade att det ”är genom interaktion med andra som barnet exponeras för och tar till sig de sätt att tänka och agera som fungerar i samhället.” (Vygotskij 1999, s. 166). Jag måste trots många nedslag ifrån Emma, inte ge upp utan istället ”utsätta” henne för små doser av mig, andra vuxna och kamrater, så att hon i egen takt kan få känna sig trygg och börja jobba framåt därifrån. När jag nästa gång möter ett barn såsom Emma kan jag t.ex. fortsätta med att fråga barnet om hen vill vara med i djurleken vid lunchen för att träna upp viljan att våga och samspela med andra. Vid samlingar kan jag ibland ställa en fråga till det blyga barnet för att på så vis uppmuntra de till att exponera sig för sociala situationer.

I Fanny Jonsdottirs avhandling om barns kamratrelation i förskolan, skriver hon att:

Utöver att människan behöver ingå i samspel med andra för att utvecklas till människa, visar forskning kring barns sociala utveckling och sociala förståelse, att barns samarbete och samvaro med vänner är mer gynnsamma för deras kognitiva, emotionella och sociala utveckling än samarbete och samvaro med kamrater som inte definieras som vänner.

(Jonsdottir 2007, s. 17)

Stycket avslutas sedan med vad en möjlig följd kan innebära av att inte få uppleva goda relationer. Här skriver Jonsdottir att ”På samma sätt visar studier att påtvingad ensamhet och utanförskap i barndomen kan ha både ödesdigra konsekvenser för stunden men även långtgående konsekvenser som påverkar individen i ungdomsåren och som vuxen.” (Jonsdotter 2007, s. 17). För att ytterligare förstärka detta argument fortsätter Jonsdottir med att skriva att ”I enlighet med teorier och empirisk forskning som visar att goda kamrat-och vänskapsrelationer har stor betydelse för barns allsidiga utveckling har förskolan en viktig

uppgift att skapa förutsättningar för goda relationer mellan barnen.” (Jonsdotter 2007, s. 18). Även Zimbardo understryker detta och påstår att ”Sheer lack of experience in social settings contributes to shyness. Living in isolated areas or being raised in restricted environments that deny access to a variety of social experiences makes for awkwardness and fear of the unknown.” (Zimbardo 1981, s. 24). Detta visar återigen hur viktigt det sociala samspelet är för utveckling, detta gäller för såväl alla barn men kanske särskilt för de som anses blyga. I Emmas fall så hade hon en nära kompis som kunde hjälpa henne kommunicera de gånger hon själv inte kände sig manad att göra det, vilket möjligen stärkte hennes personliga utveckling.

Att öka självkänslan och självförtroendet

Man brukar prata om att vi pedagoger tillsammans med barnen ska utforska det nya och okända i förskolan och ge barnen de rätta förutsättningarna för att stimulera deras lärande och utveckling. (Lpfö18 2018, s. 10). Detta menar jag blir ännu viktigare för de blyga och tysta barnen som kanske inte alltid tar för sig på egen hand. Allt detta utan att mana på dem för mycket. Det krävs en balans och avvägande för att förstå när jag som pedagog aktivt ska hjälpa Emma, och när jag väljer att passivt hjälpa henne genom att avstå från att ingripa eller prata med henne. Många blyga barn upplever jag, kan genom uppmuntran klara svåra uppgifter bra. En vänlig blick eller någon som tror på en kan göra att barnet väljer att svara eller prova på en aktivitet. Har det blyga barnet även en kompis som kan inspirera och hjälpa så kan det som känns jobbigt, bli lite enklare att våga sig på.

Detta skrivs det även om i boken *Med sikte på förskolan*, ”Genom att ha tillgång till lekkamrater och känna sig betydelsefull och genuint delaktig i leken stärks barnets självförtroende och personliga utveckling. Leken är nödvändig och livsviktig för barns allsidiga utveckling, liksom tillgång till miljöer och sociala situationer där barn kan leka.” (Sandberg 2009, s. 206). Jag som pedagog försöker att lyfta Emma i vissa situationer (som vid lunchen och samlingen) för att öka hennes självförtroende. När responsen från henne inte blir det väntande, kanske det istället är bättre att hon får uppleva detta genom sina kompisar. Fanny Jonsdottir skrev att ”I samverkan med jämnåriga kamrater och vänner utvecklas barns självbild och självkänsla (självvärdering)” (Jonsdottirs 2007, s. 17). Längre ner i samma stycke fortsätter hon att säga att ”I samvaro och samarbete med jämlika får barnet en känsla av socialt stöd och trygghet i form av samhörighet och tillhörighet i den sociala gemenskapen och lär sig att lita på sin omgivning (ibid. s. 17).

Vad jag kan konstatera av denna text är att vid de tillfällen då barn inte vill ta emot hjälp eller stöd från vuxna kan de istället ta hjälp av sina kamrater i leken för att på så vis fortsätta utvecklas och få sitt självförtroende stärkt.

Zimbardo skrev i många kapitel i hans bok att det var viktigt att ta ge och ta emot komplimanger. I sitt stycke där han rekommenderar speciella metoder för att bemöta blyghet skriver Zimbardo att ”Compliment your shy child whenever you can do so, solicit them in return and reinforce any attempts of the child to compliment others.” (Zimbardo 1981, s. 122). Längre fram i boken skriver han återigen att ”Give compliments whenever possible to the child and other family members; make it clear that you like getting compliments in return from them.” (ibid. s. 139). Att ge uppmuntran och komplimanger är väl något alla uppskattar har jag alltid trott. Jag har alltid varit av den mening att barn (och även vuxna för den delen) mår bra av att få höra komplimanger och därför kastat ut mig ett överflöd av dessa för att muntra upp och peppa andra, men när jag läste igenom ett stycke av Zimbardo fick jag mig en tankeställare. Han skrev att ”We have learned, from talking to a number of students, that children may experience feelings of shyness when being singled out for any reason—even when being complimented.” (ibid. s. 130). När jag gav Emma en komplimang efter att ha gissat rätt djur vid lunchen fick jag ett någorlunda neutralt respons ifrån henne, Emma kanske inte alls uppskattade varken uppmärksamheten eller komplimangen. Detta är något jag behöver tänka på framöver, även om jag fortfarande tror att en positivitet och uppmuntran är viktigt i arbetet med blyga barn. Men att det här behövs någon typ av övervägande för att se när det känns okej för barnet.

Hur kan blyghet bemötas framöver?

Om nu blyghet går att dela in i personlighetsdrag, diagnoser eller ett sinnestillstånd i en situation så bör vi vara extra noga med att tänka efter hur våra handlingar och bemötanden påverkar oss. Olika situationer ger olika utfall och tolkningar och därför behöver vi vara noga med att ta med det i våra tillvägagångssätt. Så hur kan vi göra för att i framtiden bredda våra normer? Att öka en tolerans mot blyghet så att den inte anses vara problematisk.

Hur *vill* vi att samhället ska se på blyghet? Vad kan vi i förskolan göra? Jag har inte funnit alla dessa svar efter uppsatsens skrivande, men jag har däremot fått en lite bättre inblick i hur arbetet *kan* gå till.

Zimbardo skriver att i en undersökning av 3000 invånare i USA angående rädsla så kom ”att prata inför grupp” på första plats, och där rädslan för höjder var på en andra plats, för att relatera till andra rädslor (Zimbardo 1981, s. 10). När man sedan frågade samtliga deltagare om de ansåg sig själva vara blyga, svarade ungefär 80 % att de någon gång tidigare i en situation upplevt att de varit blyga. Vidare menar deltagarna även att blyghet ansågs vara ett allvarligt problem och som störde deras liv. (ibid. s. 12). Tidigare i min uppsats skrev jag om de förväntningar som finns i kulturen i USA. Här ses det tydligt hur sociala förväntningar skapar sociala rädslor och där blyghet ses som ett stort problem. Detta tycker jag ger rimliga skäl att prata och forska mer om blyghet och dess effekter. Om vi nu ändå anser att blyghet orsaker svårigheter i våra liv, så känns det relevant att ta reda på mer om detta. Vi har förväntningar på varandra och oss själva, och om blyghet skapar sociala rädslor så är detta något vi behöver fortsätta att lyfta och arbeta med. Vygotskij menade att ”det är genom sociala och kulturella erfarenheter som människan i samspel med andra formas som tänkande, kännande och kommunicerade varelse.” (Forsell 2011, s. 155). Detta talar alltså för att pedagoger behövs för att hjälpa till att överkomma en eventuell blyghet hos vissa barn, samt att vi skapar möjligheter för barnens sociala interaktioner. Vid svårigheter i leken, sociala samspel och otrygghet, behöver pedagogerna stötta barn som inte alltid kan visa eller prata hur det kan till. I sin slutsats kring arbetet om blyga barn i förskolan skriver Coplan och Arbeau att det historiskt sätt har getts mer uppmärksamhet till de störande och högljudda barnen, medan de tysta barnen försvinner i mängden då de sällan är stökiga (Coplan & Arbeau 2008, s. 384).

Utifrån min egna erfarenhet ses bråkiga och stökiga barn oftast som större problem än de alltför tysta barnen eftersom de anses vara så ”lugna och lydiga”. Detta tycker jag behöver lyftas för flera pedagoger så att även de ser de tysta barnen och stöttar dem vid behov. En annan punkt som jag tror är viktig att i medvetandegöra i framtiden är att ordna en gemensam plattform där föräldrar och pedagoger kan samlas för att fortsätta diskutera kring uppfattningen med barn som upplevs som blyga. Hur ses synen på barnet från föräldrarnas perspektiv och som pedagog? Kan vi acceptera blyghet som en god egenskap eller ett gynnsamt och tillfälligt sinness tillstånd? Vi behöver diskutera och komma fram till en samsyn för att veta hur vi ska gå tillväga därifrån och framåt. Slutligen vill jag ta upp en viktig egenskap som jag anser är en grundförutsättning hos pedagoger för att kunna upptäcka och stötta barn med blyghet, och det är även en av förskolans ledord, nämligen ordet *lyhördhet*.

Detta innebär att pedagogerna lyssnar in och visar en förståelse för hur olika vi alla är. Förstår man detta så har man redan börjat utveckla ett viktigt tänk som behövs för det fortsatta arbetet.

Slutord

Efter tio års erfarenhet av barn i förskola, och tre års studier har jag kunnat blanda det bästa av båda världarna när det gäller kunskap och kunskapsinläring kontra den praktiska kunskapen. Jag märker själv hur jag blivit mer uppmärksam efter att ha studerat. Trots att det ständigt infinner sig nya svåra situationer och dilemman att bemöta, känner jag mig även alltmer säker på de barn jag nu möter, vare sig det gäller dilemman, konflikter, lärandet eller annat. Det kommer alltid att dyka upp nya problematiska svårigheter att ta itu med, men det är också det som gör det värt och intressant att jobba med barn. Alla dessa utmaningar och härliga stunder då man får se ett önskat resultat efter en process. Arbetet med just detta projekt har återigen uppmärksammat mig kring vikten av att reflektera kring specifika situationer och händelser. Det har ännu en gång visat mig att arbetet i förskolan aldrig kan bedrivas genom att enbart följa en mall eftersom barn är individer och varje situation är unik och måste bemötas utifrån det. Flexibiliteten som jag anser att vi pedagoger i förskolan ofta besitter och har som stor styrka, framställs som ytterligare väsentlig genom detta arbete. Jag påminns även om hur mina normer är en produkt av samhället och hur samhället idag har skapat sig en norm kring vad det innebär att vara blyg respektive social.

Mina frågeställningar utgick från början kring blyghetens innebörd för barnet och pedagogen i förskolan och vilka kunskaper och kompetenser som behövs för att bemöta ett blygt barn. Jag skriver sedan i kapitlet om blyghet och dess definition att jag i detta utforskande inte är ute efter att få fram ett konkret *rätt svar*, utan jag vill istället sträva efter att få en djupare förståelse för själva bemötandet av blyghet. Med stöd från hermeneutiken har jag fått hjälp med att tolka olika texter kring blyghet och samtidigt få en djupare förståelse för hur våra styrdokument ser på blyghet. Efter arbetets slut har nu innebörden av blyghet ändrats för mig. Jag kan på ett annat sätt tolka hur blyghet kan te sig och bemöta det på ett klokare sätt. Vad gäller kompetenser och kunskaper så anser jag att ju fler erfarenheter jag möter, desto bättre blir jag på att bemöta och arbeta med barn i största allmänhet.

Under arbetets gång har jag brottats med alla olika tankar och funderingar som kommit fram i samband med dessa nya upptäckter. Jag gläds åt min nyfunna kunskap men även fått insikt om min okunnighet och det har gett mig nya funderingar. Hela arbetet har gått som en berg- och-dalbana där jag hela tiden mött nya frågor och funderingar. Att få gå tillbaka och hela tiden reflektera med nya ögon och perspektiv, har gjort att jag tänkt mycket kring sättet ”tänk om” en hel del. Berättelserna har varit ett återkommande diskussionsmoment i mitt huvud och när jag nu efteråt ser tillbaka på dem märker jag hur annorlunda jag nu tänker på dessa händelser. Zimbardo och Vygotskij har varit betydande inspirationskällor och kommer nog fortsättningsvis att vara det samt leda mig och mitt arbete framåt.

Efter uppsatsens färdigställande har jag genom olika reflektionsprocesser fått en djupare förståelse för vad det innebär att vara blyg och hur blyghet kan te sig i olika situationer för olika barn. Jag känner mig lugnare inför framtida bemötanden med blyga barn, men är fortfarande medveten om att varje situation och bemötande är unikt, vilket gör att jag inte med säkerhet kan säga att jag exakt *vet* hur jag kommer bemöta nästa blyga barn.

Men förhoppningsvis har denna uppsats och nya insikten gett mig tillräckligt med alternativ och verktyg för att agera ännu klokare nästa gång jag möter ett blygt barn.

Essäskrivandet har även fått mig att tänka tillbaka på min egen barndom och reflekterat över hur annorlunda det hade kunnat se ut för mig om lärare och andra runtomkring mig mötte mig på andra sätt. Jag funderar på vilka konsekvenser det kanske hade kunnat bli för min personliga utveckling, val av utbildning och sociala kontakter samt hur det formade mig till den jag är idag. Det slår mig att vi pedagoger och föräldrar har en enorm påverkan och ett omfattande ansvar över barnens framtid när det kommer till de blyga barnen. Detta är något jag efter denna uppsats med glädje kommer ta med mig ut i arbetslivet.

Referenslitteratur:

- Alm, C. (2006). Doktorsavhandling *The Role of Causal Attribution and Self-Focused Attention for Shyness* Linköpings Universitet.
- Alsterdal, L. (2014). ”Essäskrivande som utforskning”. I: *Konst och vetenskap. Essäer om estetiska lärprocesser*, Burman, Anders (red.). Stockholm: Södertörns högskola.
- Alsterdal, L. & Pröckl, M. 2016, (red.) *Inifrån och Utifrån - om praktisk kunskap i förskolan*. Stockholm: Södertörns högskola.
- Bech-Karlsen, J. (1999). *Jag skriver alltså är jag – En bok för fackskribenten som vill berätta*. Lund: Studentlitteratur.
- Besic, N. (2009). *At first blush : the impact of shyness on early adolescents' social worlds*. Örebro Universitet.
- Bjernfalk, E. 2013. *Blyga barn i förskolan – Pedagogers uppfattningar och strategier*. Uppsala Universitet.
- Darwin, C. (1897). *The expression of the emotions in man and animals*. New York D. Appleton and company.
- Forsell, A. 2011. *Boken om pedagogerna*. Sjätte upplagan, Liber AB.
- Gafari, K. & Wahlqvist, A. 2011. *ett arbete om blyga barn på förskolan*, Högskolan Gävle.
- Gren Landell, M. (2010): *Blyga och ängsliga barn*. Västerås, Editra Västra Aros.
- Hammarén, M (2005). *Skriva en metod för reflektion*. Stockholm: Santerus förlag.
- Hjertström, Lappalainen, J. & Schwarz, E. (2011). ”Tänkandets gryning”. I: *Våga veta. Om bildningens möjligheter i massutbildningens tidevarv*, Burman, Anders (red.). Stockholm:

Södertörns högskola.

- Jonsdottir, F. (2007). *Barns kamratrelationer i förskolan*. Holmbergs, Malmö.
- Karlsson, S. & Elmbro, N. (2013). *Blyghet ett problem eller en tillgång?* Linnéuniversitet.
- Kåver, A. (1999). *Social ångest – att känna sig granskad och bortgjord*. Cura bokförlag, Stockholm.
- Lane, C. (2007). *Shyness: How normal behavior became a sickness*. Yale University Press.
- Lpfö98 (2011). *Läroplan för förskolan*. Reviderad 2016. Stockholm: Skolverket.
- Lpfö18 (2018). *Läroplan för förskolan*. Reviderad 2019. Stockholm: Skolverket.
- Markström, A-M. (2005). *Förskolan som normaliseringspraktik – en etnografisk studie*. Linköpings universitet.
- Nilsson, C. (2009). *Fronesis och det mänskliga i tillvaron*. En läsning av Bok VI i Aristoteles Nikomachiska etik. I: Bornemark, Jonna & Svenaeus, Fredrik (red.) *Vad är praktisk kunskap?* Stockholm: Södertörns högskola.
- Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Pienmäki, T. (2016). *Tysta barn och pedagogernas makt I*: Alsterdal Lotte & Pröckl, Maria (red.) *Inifrån och Utifrån - om praktisk kunskap i förskolan*. Stockholm: Södertörns högskola.
- Sitto, P. (2011). *Mamma, jag lekit dig!*. Alsterdal, Lotte och Pröckl, Maria (red.) (2016). *Inifrån och utifrån. Om praktisk kunskap i förskolan*. Stockholm: Södertörns högskola.
- Sandberg, A. (2009). *Med sikte på förskolan – barn i behov av stöd*. Studentlitteratur, Lund.

- Svenaeus, F. (2009). Vad är praktisk kunskap? I: Bornemark, Jonna & Svenaeus, Fredrik (red.) *Vad är praktisk kunskap?* Stockholm: Södertörns högskola.
- Vygotskij, L.S. (1999). *Tänkande och språk*. Göteborg: Daidalos AB.
- Zimbardo, P. (1981). *The Shy Child : Overcoming and Preventing Shyness from Infancy to Adulthood*.
- Zimbardo, P. (1977). *Shyness: What It Is, What to Do About It*. Library of Congress Cataloging Inpublication Data.

Digitala källor:

- Arbeau, K. Coplan, R. & Weeks, M. (2010) *Shyness, teacher–child relationships, and socio-emotional adjustment in grade 1*.
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0165025409350959>
- Besic, N. (2009). *Våga vara blyg*. Artikel från Örebro Universitet.
<https://www.forskning.se/2009/05/26/vaga-vara-blyg/>
- Bildkälla: <https://pixabay.com/sv/photos/baby-flicka-blyg-k%C3%A4nslor-hid-1606572/>
Uppladdad 2016.
- Brophy, J. (1996). *Working with shy or withdrawn students*. ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, Urbana, IL. <https://eric.ed.gov/?id=ED402070>
- Coplan, R. Arbeue, K. (2008). *The stresses of a "brave new world". Shyness and school adjustment in kindergarten*. <https://psycnet.apa.org/record/2008-10805-003>
- Diagnoskriterier i DSM-5.
<http://habilitering.se/autismforum/om-diagnoser/diagnoskriterier/diagnosmanualen-dsm-5>

- DSM-kriterier (2017) Sökord *social fobi*
<https://roi.socialstyrelsen.se/fmb/social-fobi/538>
- Furmark, T. (2013). *Varför är vissa personer så blyga?*
<https://fof.se/tidning/2013/7/artikel/varfor-ar-vissa-personer-sa-blyga>
- Furmark, T, Hedman, E, Tillfors, M. & Ekselius, L. (2011) *Social fobi – ingen vanlig blyghet*.
Läkartidningen nr 14 2011 volym 108.
<http://www.lakartidningen.se/Functions/OldArticleView.aspx?articleId=16278>
- Jämställt.se. *Normkritik*, 2013. [2019-04-27]
<http://www.jamstall.nu/fakta/normkritik/>
- Mångård, C. (2012). *Blyghet är en bra kompetens*.
<http://www.sydostran.se/ledare-sydostran/blyghet-ar-en-bra-kompetens/>
- Pilkonis, P. (1977). *The behavioral consequences of shyness*. American psychological association. <https://psycnet.apa.org/record/1978-31793-001>
- Rönnberg, I. (2010). *Blyghet kan vara en tillgång*.
<https://www.publikt.se/artikel/blyghet-kan-vara-en-tillgang-12087>
- Sahlgrenska Universitetssjukhus. *Selektiv mutism*.
<https://www.sahlgrenska.se/omraden/omrade-1/neurologi-psykiatri-habilitering/a-o/selektiv-mutism/> (Uppdaterad: 2018-10-09)
- Skolverket. (2017). *Allmänna råd om måiluppfyllelse*.
<https://www.skolverket.se/publikationer?id=3749>
- Socialstyrelsen. Diagnoskoder, ICD.
<https://www.socialstyrelsen.se/klassificeringochkoder/diagnoskodericd-10/psykiatrikoder>
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet. <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>