

Relasjoners innflytelse på barns utvikling av emosjonell selvregulering.



Cecilie Evertsen

Masteroppgave i Spesialpedagogikk

Våren 2013



Universitetet
i Stavanger

DET HUMANISTISKE FAKULTET

MASTEROPPGAVE

Studieprogram: Spesialpedagogikk - MSPMAS	Vårsemesteret, 2013 Åpen
Forfatter: Cecilie Evertsen (signatur forfatter)
Veileder: Arlene Arstad Thorsen	
Tittel på masteroppgaven: Relasjoners innflytelse på utviklingen av barns emosjonelle selvregulering. Engelsk tittel: The influence of relationships on the development of children's emotional self-regulation.	
Emneord: Emosjonell selvregulering Relasjoner Utvikling Primære og sekundære omsorgspersoner	Sidetall: 76 + vedlegg/annet: 1 Stavanger, 05. Mai 2013

Forord

Dette er en masteroppgave gjennomført ved Læringsmiljøsentret på Universitetet i Stavanger, under forskningsprosjektet SKOLEKLAR. Masteroppgaven er en avsluttende del av et toårig masterprogram i Spesialpedagogikk ved Universitet i Stavanger (UiS).

Ved å få delta i forskningsprosjektet ved Læringsmiljøsentret har jeg fått muligheten til å skrive om et tema som jeg lenge har engasjert meg for, både på et personlig og faglig nivå, nemlig den voksnes relasjonelle innflytelse på barnets utvikling i de første leveår. Takk til Læringsmiljøsentret for muligheten til å delta med en understudie ved forskningsprosjektet SKOLEKLAR.

En stor varm takk til min veileder, Arlene Arstad Thorsen. Du har med stort engasjement, solid faglighet og medmenneskelig tilnærming vært min støtte og motivasjonsfaktor gjennom hele skriveprosessen. Med konstruktive tilbakemeldinger, oppmuntrende ord, støtte og forståelse har du løftet meg gjennom både faglige og personlige utfordringer. Takk Arlene, for en minnerik og lærerik høst og vår.

Takk til min familie, venner og medstudenter som har støttet og oppmuntret meg under de tøffe tidene ved denne prosessen. En spesiell takk min samboer Terje, som har stilt opp når dagene og kveldene med lærebøker og skriving har blitt mange.

Til slutt vil jeg takke mine to sønner, Jonas og Tobias. Takk for at dere tålmodig har ventet på å få mamma ”tilbake”. Jeg elsker dere.

Cecilie Evertsen, høsten 2013.

Sammendrag

Temaet for denne masteroppgaven er relasjoners innflytelse på barns utvikling av emosjonell selvregulering. Et av målene ved denne oppgaven er å danne en litterær oversikt over de siste ti års forskning og teorier omkring emosjonell selvregulering, og se nærmere på hvordan denne egenskapen påvirkes og utvikles på bak grunn av kvaliteten på relasjonene barnet er omgitt av. Denne masteroppgaven vil være en litteratur review oppgave. For å nå målet som omhandler å skape en oversikt over nyere forskning og teorier vil det dermed være naturlig med et review design på denne masteroppgave teksten.

Tilknytningsteori og det objektrelasjonelle perspektivet vil ligge som et teoretisk fundament for relasjoners betydning i denne sammenheng. De nyeste teorier og empirisk forskning vil i denne oppgaven bli brukt til å belyse relasjoners innflytelse på barns utvikling av emosjonell selvregulering.

For å gjennomføre denne litteratur review studien har det blitt tatt i bruk grundige og avanserte søk i oppdaterte empiriske databaser. Søkene har bestått av velutvalgte søkeord for å søke frem forskningsbaserte vitenskaplige artikler, som i etterkant er blitt analysert og vurdert. For å kvalitetssikre søkene er det kun blitt utført søk etter peer-review artikler. For å avgrense søkene er det kun søkt etter artikler i tidsrommet 2002 til 2012, og satt alderskriteriet som omhandler at barna som blir representert som utvalg i studiene skal være mellom 0 til 6 år. Søkene resulterte i 9 artikler, 2 av eksperimentelt design, 6 longitudinelle studier og 1 samvariasjons studie.

Resultatene av denne litteratur review masteroppgaven viser til at relasjoner har en stor innflytelse på barns utvikling av emosjonell selvregulering. Funn indikerer at barn som lever i fattige omsorgsmiljø, med blant annet unnvikende omsorgspersoner, miljøer som preges av mye sinne eller voldelig tilnærming opptrer med svakere regulerings evner, sammenliknet med barn som lever i miljøet som er preget av trygghet og omsorg. Studiene indikerer også at genetiske risikofaktorer og risikofaktorer ved barnet som for eksempel temperament, først blir en trussel for velutviklet emosjonell selvregulering dersom barnet er omgitt av et fattig omsorgsmiljø. Denne indikasjonen antyder at barnets omsorgsmiljø kan kompensere for faktorer ved individet som anses som en trussel eller risiko for velutviklede emosjonelle regulerings ferdigheter. Resultatene viser også til den voksnes støtte til barnets autonomi er av stor betydning, barna må få støtte og oppmuntring til å kunne regulere seg selv i krevende og utfordrende situasjoner.

Innhold

Forord	3
Sammendrag	4
1.0 Innledning.....	8
1.1 Sist publiserte oversiktsartikkel.....	9
1.2 Begrepsavklaringer	11
2.0 Teori	11
2.1 Selvregulering.....	11
2.2 Emosjonell selvregulering	14
2.2.1 Emosjoner	16
2.3 Utvikling av emosjonell selvregulering.....	17
3.0 Relasjoners betydning for utvikling av emosjonell selvregulering	21
3.1 Barnet i et systemteoretisk perspektiv	22
3.2 Objektrelasjonsperspektivet.....	26
3.2.1 The holding environment	28
3.2.2 Container – contained relasjonen.....	28
3.2.3 Tilknytningsteori.....	30
3.2.4 Tilknytningsstil	32
3.2.5 Etablering av trygg-base	33
3.3 Barnehagen som sekundær omsorgsgiver	34
3.3.1 Omsorg i barnehagen	34
3.3.2 Politiske føringer for kvalitet i barnehagen.....	35
3.3.3 Relasjonsfremmende arbeid for utvikling av reguleringsevner	36
3.3.4 Tidlig innsats.....	38
4.0 Teoretisk oppsummering.....	39
5.0 Problemstilling	39

6.0 Metode.....	40
6.1 Utførte søkemetoder for finne frem til relevant litteratur	41
6.1.1. Søkeresultater.....	42
6.2 Forskningsdesign	44
6.2.1 Eksperimentelle studier.....	44
6.2.2 Longitudinelle studier	45
6.2.3 Samvariasjons studier	46
6.3 Hypotesetesting	46
6.4 Utvalg	47
6.5 Validitet	47
6.6 Signifikanstesting	51
6.7 Kriterier for studieutvelgelses.....	52
7.0 Resultater.....	52
7.1 Relevante artikler.....	52
8.0 Diskusjon.....	64
8.1 Oppgavens hensikt.....	65
8.2 Vektlegging av studier.....	65
8.3 Metodiske begrensninger.....	66
8.3.1 Utvalg og frafall av informanter	66
8.3.2 Homogent utvalg.....	66
8.3.3 Frivillig rekruttering av utvalg.....	66
8.3.4 Kontekstuelle begrensninger.....	66
8.3.5 Ekstern rapportering.....	67
8.4 Forskningsetikk	67
8.5 Diskusjon av resultater	68
8.5.1 Utviklingsveier på bakgrunn av kvalitet på relasjon.....	68
8.5.2 Interaksjon mellom individfaktorer og miljø	69

8.6 Kvalitet	69
8.7 Funnenes svar på problemstilling	71
8.8 Oppsummering og praktisk konsekvens for primære og sekundære omsorgsgivere	73
8.9 Behov for videre forskning	75
9.0 Konklusjon	75
10.0 Referanser.....	77

1. Vedlegg:

Vedlegg 1: Oversiktstabell over utvalgte artikler.

2. Tabell:

Tabell 1: Tilknytningsstiler utarbeidet på bakgrunn av Kvello (2010), s.32-33.

Tabell 2: Søkeresultater, 42-43.

3. Figur:

Figur 1: Kontekster for utvikling, s.26.

Figur 2: Modell av relasjonsdyaden, s.37.

1.0 Innledning

Denne studien inngår som en understudie knyttet opp mot forskningsprosjektet SKOLEKLAR, som er et forskningsprosjekt ved Læringsmiljøsentret i Stavanger. Senteret ble opprettet 1. Januar 2013, og var tidligere Senteret for atferdsforskning ved Universitetet i Stavanger. Læringsmiljøsentret er det 10. nasjonale senteret innenfor utdanningsfeltet.

Forskningsprosjektet SKOLEKLAR med Ingunn Størksen som prosjektleder, har flere dyktige nasjonale og internasjonale forskere som samarbeidspartnere. Prosjektet har blant annet som hensikt å studere barnehagebarns selvregulering, oppmerksomhet og sosiale ferdigheter, og videre se nærmere på hvordan disse egenskapene virker inn på barnets utvikling, læring og prestasjoner, med særskilt interesse for hvilken betydning og konsekvenser dette får for barnets sosiale og kognitive ferdigheter ved skolestart. Prosjektet har som hensikt å utarbeide tiltak som kan fremme de overnevnte ferdighetene.

Begrepet selvregulering har fått stort fokus i SKOLEKLAR. Begrepet refererer til en gruppe prosesser og mekanismer som ligger til grunn for å ha evnen til å regulere seg selv både kognitivt, atferdsmessig og emosjonelt (Berger, 2011). Tilpasning og evner til å regulere emosjoner og atferd er avgjørende for menneskets fungering (Berger, 2011; Bronson, 2000). Dette innebærer at denne egenskapen er viktig å bygge opp under i henhold til barns utviklingspotensial. Fagfeltet hevder at emosjonsregulering opptrer som en av flere grunnfenomen i utvikling og menneskelig fungering. Der emosjonsregulering hevdes å være den mest komplekse prosessen i barns utvikling, der alle deler av hjernen involveres. Emosjonell selvregulering opptrer dermed som en grunnfunksjon, og ligger i bunnen av svært mange psykososiale problemer om den opptrer som dysfunksjonell (Jacobsen & Svendsen, 2010). Barnets reguleringsevne utvikles i et samspill mellom genetiske faktorer og barnets omsorgsmiljø. Noe som innebærer at barnet er prisgitt sine foreldre, og sine sekundære omsorgspersoner, pedagogene de møter i barnehage og skole.

Myndighetene legger kraftige føringer som omhandler krav om høy kvalitet på det pedagogiske tilbud førskolebarn tilbys. Det kvalitative aspektet er dermed et uttalt mål, der barnehagen omtales som det første steget i barnets utdanningsløp, med en visjon om livslang læring. I NOU 2012:1, *Til barnas beste* er kvalitet i barnehagen et sentralt tema. Både

internasjonalt og nasjonalt har begrepet kvalitet fått stor plass i barnehageforskningen. *Til barnas beste* fremhever betydningen av kvalitet i småbarns oppvekstmiljø. Barnehagelov og rammeplan legger sterke politiske føringer for samfunnsmessige kriterier for hva en god barnehage er (NOU (2012:1)). Videre legger St.meld. 41, *Kvalitet i barnehagen* føringer for barnehagens kvalitet som et vesentlig viktig tiltak for å sikre barns utgangspunkt før skolestart (St. meld. nr 41 (2008-2009)). St. meld. 24, *Fremtidens barnehage* fokuserer på den voksnes rolle inn mot kvalitetsbegrepet i barnehagen. Meldingen fremhever at det er de voksne i barnehagen som er avgjørende for hvor god kvalitet barnehagen har. De voksnes kunnskaper om barns utvikling og læring er avgjørende for å legge til rette for et optimalt utviklingsgrunnlag på første skritt mot livslang læring (St. meld. nr 24(2012-2013)).

Denne masteroppgaven er en litteratur review oppgave, som har som hensikt å finne ut hva tidligere forskning og studier kan referere til om relasjoners innflytelse på barns utvikling av emosjonell selvregulering i de tidligere barneår, null til seks år. Studiens formål er å finne frem til relevant forskning og teori som omhandler utviklingen av emosjonell - selvregulering. På samme tid blir denne studiens formål og se på hvilke konsekvenser kvaliteten på relasjoner mellom barnet og betydningsfulle andre har for utviklingen av den emosjonelle selvreguleringen. Et annet formål gjennom fordypning i temaet er at oppgaven skal kunne bidra med viktig kunnskap til både foreldre og ansatte i barnehager. Det er ønskelig at funnene i oppgaven kan være med på å belyse påvirkningen voksne har i møte med barn.

1.1 Sist publiserte oversiktsartikkel

Tanken bak denne litteratur review masteroppgaven er å kunne oppsumme fagfeltets nyeste forskning, og generere hva den kan fortelle om tematikken som reises i denne oppgavens problemstilling. For å kunne gjennomføre dette på en hensiktsmessig måte faller det dermed naturlig å starte jakten på kunnskapen ved å finne frem til den sist publiserte litterære oversiktsartikkel innenfor tematikken *relasjoners innflytelse på utviklingen av barns emosjonelle selvregulering*. Etter grundige søk i Bibsys søkesystem ved hjelp av databaser viser det seg at artikkelen *Parenting and the Development of Children`s Self – Regulation*, skrevet av Wendy S. Grolnick og Melaine Farkas (2002) er den sist publiserte oversiktsartikkelen i forhold til denne oppgavens utvalgte tematikk. Artikkelen ble publisert i 2002, dermed består arbeidet av å søke i det pedagogiske og psykologiske fagfeltets teorier og empiriske funn i tidsrommet 2002 til 2012.

Artikkelens fokus er rettet inn mot foreldres tilnærming til barnet og hvordan foreldrenes oppdragerstil legger til rette for barns utvikling av selvregulerende evner. Forfatterne går også i dybden av definering av selve begrepet *selv regulering*. I henhold denne oppgavens fokus omkring relasjoners innflytelse på utviklingen av emosjonell selvregulering, velges det å utheve artikkelens oppsummering omkring akkurat dette.

Artikkelen uthever viktigheten av at barnets omsorgspersoner modellerer god emosjonell selvregulering. Omsorgspersonene må legge til rette for effektive strategier som på sikt skal internaliseres. Dette gjøres ved god veiledning og sunn modellering. Barnet bør få øve seg på de nyetablerte strategiene, dette vil på sikt medføre at barnet selv klarere å regulere sine emosjoner på egenhånd, uten veiledning og hjelp fra omsorgspersonene. Omsorgspersonen skal hjelpe barnet og opptre som en ressurs dersom stresset oppleves for stort, og overgår barnets evne til å kunne regulere sine emosjoner i den gitte situasjonen. Flere av artikkelens studier viser til viktigheten av mors emosjonelle tilgjengelighet ovenfor barnet, i henhold til barnets evne til emosjonell selvregulering. Det viser seg at dersom mor er emosjonelt tilgjengelig for barnet i stresstruende situasjoner er barnet mindre stressfullt og mer engasjert i situasjonen. Forfatterne trekker også frem flere studier som viser en sammenheng mellom omsorgspersonenes emosjonelle tilgjengelighet, empati og betinget respons over for barnet og godt utviklede emosjonelle selvregulerende evner hos barnet. Barn som lever i et raust emosjonelt miljø, der følelser tas på alvor og ikke undertrykkes er utviklingsfremmende for barnets emosjonelle selvregulering (Grolnick & Farkas, 2002).

Artikkelen oppsummeres ved å konkretisere at det finnes sterke bevis som indikerer at emosjonell selvregulering utvikles ved involverte og emosjonelt tilgjengelige omsorgspersoner. Det handler om å støtte opp under barnets emosjonelle uttrykk, og la barnet få muligheter til å regulere sine emosjoner på egenhånd i situasjoner som er passende og håndterbare for barnet, i henhold til barnets emosjonelle selvregulerende nivå (Grolnick & Farkas, 2002).

Det blir i forlengelsen av dette spennende å se hva forskningsfeltet kan forsterke og utfordre ved det nåværende teoretiske grunnlaget omkring tematikken, fra tidsrommet 2002 til 2012.

1.2 Begrepsavklaringer

Når en arbeider med internasjonal litteratur blir det en stor utfordring å kunne oversette internasjonale begreper til det norske språket med samme innhold og forståelse.

Hovedbegrepene gjennom denne oppgaveteksten vil være: *emotional self regulation*, *good parenting*, *holding environment*, *tidlig innsats* og *sekundær omsorgsgiver*. Hvert enkelt begrep vil bli gjort rede for under det teoretiske avsnittet. Parenting er det eneste begrepet som ikke blir beskrevet i teoridelen, men som får en stor plass i resultat delen. Parenting kan sees på som omsorgspersoners foreldreomsorg, i betydning av alle de kvalitetene foreldre bør ha i relasjonen mellom seg selv og barnet.

2.0 Teori

Som et teoretisk grunnleggende fundament beskrives fenomenet selvregulering som et overordnet begrep. Beskrivelsen vil opptre som bakgrunnskunnskap for å forstå begrepet emosjonell selvregulering, som er en av de tre underkategoriene av selvregulering som overordnet begrep. Litteratur om emosjoner og utvikling av emosjonell selvregulering vil så bli presentert for å skape en helhetlig forståelse omkring fenomenet. Det teoretiske grunnlaget vil der i fra bygges videre ut i fra relasjoners betydning. Dette vil utføres i lys av det objektrelasjonsteoretiske perspektivet, og tilknytningsteori. Avslutningsvis vil barnehagens rolle som sekundær omsorgsgiver få en sentral plass i teori delen.

2.1 Selvregulering

Tilpasning og evner til å regulere emosjoner og atferd er avgjørende for menneskets fungering. Selvregulering handler om å kunne tilpasse seg situasjonelle krav, der individets emosjoner og atferd styres av ferdigheter som impuls kontroll, adekvat oppmerksomhet og utsette egne behov (Berger, 2011; Bronson, 2000). Det viser videre til at selvregulering innebærer at barn kan kontrollere egne tanker og atferd, og at denne egenskapen bygger på kognitive evner, sammen med konsentrasjon og oppmerksomhet. Evner som oppmerksomhet, hukommelse og å kunne styre impulser på en hensiktsmessig måte blir avgjørende for barnets evne til selvregulering. Nyere forskning viser en korrelasjon mellom barnets evne til selvregulering og gode skoleprestasjoner. Selvregulering er avgjørende for å gjøre det bra på skolen (McClelland, Acock, Piccinin, Rhea, & Stallings, 2012). For omsorgspersoner som er sammen med barn som gradvis utvikler sine reguleringsevner er det viktig å ha realistiske

forventinger til barnet. Å lære seg selvregulering er en langsom og kontinuerlig prosess, og derfor vil mennesket uansett reguleringssevne til tider opptre impulsivt. Dette gjelder spesielt for barn som er i full etablering av de grunnleggende ferdighetene av egenskapen (Lash.M, 2007).

Tidligere ble begrepet selvkontroll brukt når faglitteratur refererte til individers kontroll over impulser, individets evne til å ha kontroll over sin egen atferd og kontrollere egne emosjoner. Selvkontroll som begrep er i dag erstattet med begrepet selvregulering (Berger, 2011).

Selvregulering er en grunnleggende indre kjerneegenskap hos oss mennesker. Grunnlaget for individets selvregulering legges allerede i foster stadiet, og utvikles de første leveårene.

Allerede under svangerskapet starter barnets hjerne å utvikle en disposisjon for egenskapen.

Barnet blir dermed født med en disposisjon for selvregulering (Fonagy, 2006; Melrose, 2010; Perry, 2005). Dette innebærer at barnet kun får opplevelsen av stress eller komfort. Gjennom de tre første månedene utvikles hjernen videre, avhengig av samspill med sine omsorgspersoner (Fonagy, 2006; Melrose, 2010). Det er da det limbiske system i hjernen som utvikles, det er dette området som styrer emosjonell adferd og motivasjon. Trygg omsorg og gode relasjoner er nødvendig for at den høyre hjernehalvdel skal få en utvikling av god kvalitet (Fonagy, 2006).

Videre i utviklingsforeløpet utvikles neocortex. Dette er lag med nerveceller som utgjør cerebral cortex, som på norsk også kalles hjernebarken. Neocortex er det området i hjernen som skiller mennesket fra dyreverden. Det hjelper oss å kontrollere våre impulser (Melrose, 2010). Når denne prosessen utvikles som normalt, er mennesket i stand til å takle komplekse og utfordrende situasjoner på en aldersadekvat og med hensiktsmessig atferd (Perry, 2003). Barnets manglende evne til selvregulering kan ha sitt utspring i flere faktorer. Faktorer ved individet som genetikk, medfødt disposisjon eller utviklingsmessige avvik (som for eksempel hjerneskade) kan påvirke barnets evne til å utvikle gode selvregulerende evner. Faktorer som kaotisk og lite forutsigende miljø er faktorer ved barnets miljø som kan hemme utviklingen av barnets selvregulering. Er et barn utsatt for vold eller annen traumatiserende påkjenning kun ved en engangs episode, vil det være forventet at barnet har nedsatt selvregulerings evne i de seks påfølgende månedene (Perry, 2005).

Å evne god selvregulering i et barneperspektiv omhandler ikke barnets evne til å være lydige, eller føye seg inn i «de voksnes rekke». God selvregulering viser seg gjennom å kunne

innordne seg etter den sosiale konteksten barnet befinner seg i, og handle hensiktsmessig i de gitte situasjonene. God selvregulering kan sies å være barnets evne til å kontrollere svært lave eller høye tilstander av sentralnervøs aktivering, slik at det kan delta i meningsfull samhandling med andre (Smith, 2004). Mange barn har vanskeligheter med å regulere seg selv. Disse barna er ofte svært impulsive, sensitive for overgangs situasjoner og har en tendens til å overreagere på små utfordringer eller små mengder stress. Denne uroen, kanaliseres ofte gjennom uoppmerksomhet og/eller fysisk hyperaktivitet (Perry, 2005). Forskning viser til at barn som opplever det vanskelig å regulere seg selv, kan stå i fare for å utvikle sosiale og emosjonelle vansker. Vansker som angst, depresjon og/eller aggresjonsvansker opptrer som svært vanlig blant disse barna. Vanskene kan på sikt kan føre til at individet føler behov for selvmedisinering i form rusmisbruk eller annen destruktiv atferd (Melrose, 2010; Perry, 2005).

Selvregulering er et komplekst og overordnet begrep, som omfatter forskjellige enkeltprosesser. Vi mennesker selvregulerer når vi i vårt daglige liv tilpasser oss emosjonelle - og atferdsmessige situasjoner som vi har internalisert gjennom sosiale standarder. Denne form for regulering krever evne til både oppmerksomhet, evne til å dempe reflekseive handlinger og beherske forsinket tilfredsstillelse. Vi kan si at selvregulering er noe vi mennesker trenger for å ”navigere” oss i den sosiale verden, akademiske verden, og ikke minst i alle andre aspekter av våre liv (Berger, 2011; Bronson, 2000). Selvregulering innebærer dermed at individet kan kontrollere egne tanker, følelser og atferd.

Selvregulering er en viktig egenskap for menneskets atferd, men på tross av dette finnes det ikke en universell akseptert definisjon. Selv om dette ikke finnes har Thompson (1994) kommet frem til en bred definering av begrepet. Han hevder at selvregulering har sitt utspring i å overvåke, evaluere og modifisere sine kognitive, emosjonelle, og atferdsmessige evner for å oppnå sine mål, og/eller tilpasse de kognitive og sosiale krav som den spesifikke situasjonen krever (Jacobsen & Svendsen, 2010). Han hevder videre at denne kapasiteten har sine røtter i individets temperamentsegenskaper, men kan modifiseres på grunnlag av eller mangel på sensitiv omsorg fra individets omsorgspersoner. Berger (2011) beskriver begrepet som menneskets evne til kognitivt, emosjonelt og atferdsmessig kunne overvåke en situasjon og handle i henhold til de sosiale forventningene i den konteksten en er en del av (Berger, 2011).

Denne definisjonen refererer til en gruppe prosesser og mekanismer som ligger til grunn for å ha evnen til å regulere seg selv både kognitivt, atferdsmessig og emosjonelt. For å kunne

regulere seg selv spiller individets oppmerksomhet og konsentrasjon en avgjørende rolle. Oppmerksomhet og konsentrasjon er som basiselementer i de tre regulerings prosessene, og må være til stede for å kunne beherske både kognitiv-, emosjonell- og atferdmessig selv – regulering (Berger, 2011). Motivasjon vil også påvirke barnets evne til oppmerksomhet og konsentrasjon. Dermed inngår selvregulering i både kognitive og motivasjonelle prosesser, og kommer til uttrykk gjennom atferd (Schunk, 2005; Schunk, Pintrich, & Meece, 2008).

De tre reguleringsprosessene kan være vanskelige å skille fra hverandre inn i tre forskjellige kategorier. Prosessene er så sammenvevde at det kan være vanskelig å si når den ene stopper og den andre overtar. Prosessene jobber sammen med hverandre i de gitte situasjonene. Selv om prosessene er sammenvevde og fungerer i sin helhet i et samspill med hverandre, har de i den nyere tid fått større fokus som adskilte reguleringsformer (Baumeister & Vohs, 2011).

2.2 Emosjonell selvregulering

Selve begrepet emosjonsregulering har sitt utspring i flere deler av psykologien. Begrepet springer ut i fra psykologiske teorier som omhandler stress og mestring (Lazarus, 1966), psykoanalytiske teorier om forsvarsmekanismer (Freud, 1959), tilknytningsteori (Bolwby, 1969) og emosjonsteori (Fridja, 1966). Begrepet emosjonsregulering er tolket og definert på forskjellige måter i faglitteraturen (Slinning, Hansen, Moe, & E., 2010).

Emosjonsregulering og oppmerksomhet opptrer som grunnfenomener i utvikling og menneskelig fungering. Emosjonsregulering hevdes å være den mest komplekse prosessen i barns utvikling, og involverer alle deler av hjernen. Oppmerksomhet styres også fra alle deler av hjernen, sammen med et samspill mellom kognitive evner og emosjoner (Jacobsen & Svendsen, 2010). Det finnes en enighet blant forskerne i fagfeltet om at denne reguleringsformen er en grunnfunksjon, og at denne grunnfunksjonen sammen med oppmerksomhet ligger i bunnen av svært mange psykososiale problemer om den opptrer som dysfunksjonell (Jacobsen & Svendsen, 2010).

Det er en enighet om at denne reguleringsformen omhandler og referer til hvordan individet klarer å mestre emosjonelle uttrykksformer (Slinning et al., 2010; Smith, 2004). Emosjonell selvregulering kan dermed sies å omhandle hvordan mennesket styrer sine handlinger i følelsesladde situasjoner og hvordan vi håndterer våre egne emosjoner i de gitte situasjonene (Baumeister & Vohs, 2011). Emosjonell selvregulering som begrep har stor sammenliknings

verdi med begrepet affektregulering. Affektregulering kan sees på som individers evne til å differensiere mellom ulike følelser, å forstå meningsinnholdet i de ulike følelsene, og tilpasse det emosjonelle uttrykket til de gitte situasjonene (Fonagy, 2006).

Gross (1998) definerer emosjonsregulering som prosesser hvor en påvirker hvilke emosjoner en selv opplever, når en opplever dem, hvordan emosjonene oppleves og kommer til uttrykk. For et spedbarn vil dette konkretiseres gjennom at barnet bruker regulerende prosesser for å øke eller redusere pågående emosjonell aktivering. Regulatoriske prosesser kan i denne sammenheng for eksempel være regulering av blick (Slinning et al., 2010).

Emosjonell selvregulering som en prosess kan beskrives som hvordan det reaktive i emosjonen, som er aktivering av hjerterytme, pust, muskelspenninger og stresshormoner, sammen med kognitive prosesser blir forstått og regulert ut i fra den gitte konteksten. Individets alder vil spille en avgjørende rolle for hvordan den reaktive kraften som oppstår reguleres (Jacobsen & Svendsen, 2010). Prosessen kan sees på som en integrering der god og rettet oppmerksomhet er en følge av det reaktive i emosjonen, der kognisjon er integrert på en måte der kraften fra begge elementene rettes i samme retning. Denne integreringen er et eksempel på det som kan kalles for god emosjonell selvregulering. Barn under utvikling trenger sine nære omsorgspersoner til å hjelpe dem med denne prosessen. Får ikke barnet hjelp til denne type integrering og aktivering av emosjoner, kan det oppleves som kroppslig uro for barnet. Konsekvensene for denne kroppslige uroen kan være at barnet da retter sin oppmerksomhet innover mot uroen, og med dette vil rettingen av kraft og oppmerksomhet forsvinne og barnet står i fare for å være lite vitalt i sin hverdag. Ved denne forklaringen kan det fastslås at det foregår en gjensidig avhengighet mellom emosjonsregulering og oppmerksomhet (Sameroff, 2009; Sroufe, 1995; Tetzchner, 2002).

På samme tid som opplevelse og uttrykk av emosjoner er betinget psykologiske prosesser, vil regulering av emosjoner som oftest involvere våre relasjoner til andre. Hos spedbarn og små barn kommer dette tydelig frem. Samspillet mellom barnet og omsorgspersonene har en helt sentral rolle for hvordan barnet både opplever og uttrykker emosjoner (Slinning et al., 2010). Tidligere studier demonstrer hvordan mødre regulerer sitt spedbarns emosjonelle tilstand ved å kunne tolke og møte barnets emosjonelle signaler. Kvaliteten på denne utvekslingen bygger opp under barnets senere evne til å regulere sine egne emosjoner (Feldman, Greenbaum, & Yirmaya, 1999).

For å forstå innholdet i begrepet emosjonsregulering må en ha en forståelse av begrepet emosjon. Etter 125 år med emosjonsforskningen har forskerne gjort det klart at en definisjon som skal dekke alle aspekter ved emosjoner kan bli vanskelig å oppdrive (Slinning et al., 2010).

2.2.1 Emosjoner

Emosjoner og atferd inngår og skapes av et komplekst samspill mellom biologiske, psykologiske og sosiale systemer (Lazarus, Folkman, & Visby, 2006). Videre hevder Lazarus et.al at emosjoner er logiske og oppstår som et resultat av våre tanker (2006).

Emosjoner er viktige for oss mennesker, de er med på å gjøre oss tydelige og bidrar med å la oss bli forstått i sosial samhandling. De kroppslige emosjonene kan påvirke kognisjon, og kognisjon kan påvirke det kroppslige. Eksempler på dette kan være at vi opplever en situasjon som svært truende, da vil det kroppslige i emosjonen bli sterkt aktivert (puls, muskelspenning, hjerterytmen og hormoner i blodet øker drastisk), og en vil se etter en utvei til å flykte eller beskytte seg selv ved å slåss.

En mindre drastisk regulering vil være at man gruer seg og har kroppslig uro for noe som skal skje, og en selv demper ned kroppen og rasjonaliserer faren en står over for, ved å reflektere over hvor farlig den i virkeligheten egentlig er. Disse eksemplene viser hvordan det reaktive i emosjonen møter kognitive prosesser som regulerer, og deretter rette kraften og oppmerksomhet mot å handle rasjonelt ut i fra den gitte situasjonen (Jacobsen & Svendsen, 2010). Det kan sies at å regulere en emosjon betyr at kraften som aktiveres ut i fra nervesystemet, møter kognisjon og skaper forståelse og retning på barnets oppmerksomhet og atferd. Det blir viktig for barnets utvikling at både de emosjonelle og de kognitive prosessene utvikler seg parallelt (Jacobsen & Svendsen, 2010).

Ny forskning har bidratt med ny forståelse av nettverk for emosjoner. Det psykologiske nettverket beskrives som to systemer, PFC og LHPA-aksen. PFC er et system som involverer blant annet prefrontal cortex, denne delen av hjernen er antatt å være sentral for bevisst representasjon av emosjoner og opptrer som sentralt i forhold til å regulere indre og ytre påvirkninger. LHPA-aksen er involvert i motstand mot stress, og fungerer som et hovedsystem evnen til å regulere emosjoner. Her aktiveres de limbiske strukturer, som blant

annet amigdala og hippocampus. Amigdala og hippocampus er aktivert under grunnleggende psykologiske prosesser som emosjoner, hukommelse og oppmerksomhet. Sammen med andre strukturer og prosesser setter denne strukturen i gang en energimobilisering slik at individet settes i en «fight-or-flight» tilstand ved påvirkning av stressende påkjenninger (Slinning et al., 2010).

På bakgrunn av et komplekst samspill og påvirkningen mellom kognisjon og emosjon hevder enkelte at det kan bli vanskelig å si at det finnes et senter for emosjoner i hjernen. På samme tid påpeker disse at den fysiologiske komponenten knyttet til emosjoner er lokalisert i det limbiske system (Fox, 2008). Nevrologisk aktivering også kalt det reaktive i emosjonen utgir seg i kroppslige komponenter med økt hjerterytme, muskelspenning, pustfrekvens og hormoninnhold. Disse komponentene styres som tidligere nevnt fra det limbiske systemet (Brodal, 2007). Mennesker skiller seg fra alle andre arter ved at den høyre hjernehalvdel i sterk grad involveres i emosjonell prosessering. Hovedsakelig er det neokorteks og frontal korteks som i denne prosessen aktiveres av de høyreliggende deler av hjernen. Her differensieres og reguleres kraften i emosjonen relatert til konteksten. Enkelt forklart betyr dette at vår kognisjon, hvordan vi oppfatter det som skjer rundt oss, blir en del av den emosjonelle opplevelse, fortolkning og emosjonelle atferd (Jacobsen & Svendsen, 2010).

Samspillet mellom lavereliggende deler av hjernen og korteks antyder at samspillet mellom de kognitive evner og det reaktive i emosjonen er konstant. Kognitiv modenhet spiller inn når det gjelder hvor godt emosjoner blir regulert. Det opptrer konstant kroppslige endringer som utløses fra hjernestammen og mellomhjernen som følge av ytre påvirkninger. Den ytre påvirkningen må tolkes, forstås og vil ofte være grunnlaget for individets atferd. At påvirkningen skal fortolkes og forstås understreker at kognitiv modenhet spiller en rolle i reguleringsprosessen (Jacobsen & Svendsen, 2010). Små barn vil derfor være dårligere til å regulere det reaktive i emosjoner, enn eldre barn.

2.3 Utvikling av emosjonell selvregulering

Barnets hjerne er under stor utvikling i tiden barnet befinner seg i mors mage, men er også under enorm utvikling i de fire første årene av livet. En sunn utviklet hjerne fra livet i mors mage, vil i stor grad utvikles gjennom samspill sammen med sine nære omsorgspersoner

(Melrose, 2010). Barn vil ved fødselen kun være født med hjernestammen fullt utviklet. Barnets første leveår vil innholde rask vekst av både det limbiske system og korteks. Det limbiske system kan sies å være den emosjonelle delen av hjernen, og korteks er den delen av hjernen som blant annet behandler kognitive prosesser (Melrose, 2010). Millioner av nerveforbindelser i barnets hjernesystem formes i ukene, månedene og årene rett etter barnet er født. Forskning viser til at de delene av hjernen som blir stimulert eller opptrer som aktive i denne perioden vil naturlig bli forsterket i barnets utvikling (Perry, 2005).

For å understreke viktigheten av fasen barnet er i under et svangerskap, påpekes det at mors hjerterytme spiller en stor rolle i fosterets utvikling av hjernestammen. At fosterets hjernestamme får en sunn utvikling spiller en stor rolle for barnets disposisjon for utviklingen av selvregulerende atferd (Melrose, 2010). Dette betyr i praksis at fosterets utvikling av hjernestammen kan hemmes ved at mor utsettes for stressende belastninger under svangerskapet. Når en gravid kvinne klarer å mestre det daglige stressnivået ved å lytte til kroppens signaler og å ta vare på seg, vil det ufødte barnets hjernestamme utvikles normalt (Melrose, 2010). Det påpekes at det er viktig å understreke at gravide kvinner og småbarn heller ikke skal unngå stressende situasjoner, så lenge stresset håndteres ved god selvregulerende atferd. Godt regulertes reaksjonsmønstre er viktige for utviklingen av god emosjonell selvregulering (Perry, 2005).

Ved fødselen er den sympatiske gren av nervesystemet det eneste som er tilgjengelig for sped barnets evne til å kunne regulere seg selv. Reguleringsystemet er derfor ikke medfødt, men utvikler seg etter hvert som høyre hjernehalvdel utvikler seg (Fonagy, 2006). Spedbarnet er klar for å respondere på omgivelsene ved spenninger og opphisselse, men uten den parasympatiske delen av nervesystemet. Denne delen er fortsatt under utvikling og utenfor det nyfødte barnets rekkevidde. Dermed har spedbarnet ingen evne til å kunne regulere tilstandene opphisselse og spenningene på egenhånd, og trenger andre til å hjelpe dem til å reguleres inn i en tilfredsstillende tilstand igjen (Melrose, 2010). Det nyfødte barnet er totalt avhengig av sine omsorgspersoner til å regulere barnets følelser, opplevelser og sanseinput (Fonagy, 2006). Etter hvert som en gren av det parasympatiske nervesystemet kalt ventral vagal utvikles, utvikler barnet sakte men sikkert evnen til å modulere opphisselse og kunne gjenopprette følelsen av ro på egenhånd. Ventral vagal blir dermed en viktig brikke i utviklingen av emosjonell selvregulering (Melrose, 2010), der høyrehjerne halvdel opptrer sentralt for evnene til utvikling av selvregulerende evner (Fonagy, 2006).

Dette teoretiske perspektivet påpeker viktigheten av at barn allerede fra fødselen av er omgitt av omsorgspersoner som møter barnets behov innen rimelig tid. Dette samspillet mellom barnet og omsorgspersonene vil legge grunnlaget for utviklingen av barnets evne til å kunne regulere sine emosjoner på egenhånd. Den høyre hjernehalvdelens modning er avhengig av gode tilknytningserfaringer (Fonagy, 2006).

«A just-fed newborn, rocking in the arms of her loving parent, is warm, full, calm, and safe. Her needs are met-for now. But soon, her body will use all of the food, her mother will put her down, and a loud bang will startle her. When this happens, her body tells her-I'm hungry, alone, and in danger. She feels distress and also feels unable to regulate herself. So dependent, her only response is to cry out, hoping that a responsive adult will come to protect and feed her».

(Perry, 2005, s. 1).

Atferdstilstander regnes som nødvendig forgjenger og del av emosjonsregulering (Sroufe, 1995). Etter at barnet er blitt to til tre måneder fortsetter utviklingen av den emosjonelle selvreguleringen, men med ulike tema og funksjoner på ulike alderstrinn (Srouf, 1995). Srouf har foreslått en aldersfordeling i forhold til hvordan fysiologisk regulering etterfølges av håndtering av spenningen, og hvilken rolle barnets omsorgspersoner får i de forskjellige ”fasene”.

Den første fasen går fra alderen 3 måneder til 6 måneder. Her er omsorgspersonenes oppgave å være sensitive og samarbeidende i sitt samspill med spedbarnet når barnet opplever de fysiologiske spenningene. Fra 6 måneder til 1 år vil fasen bestå av etablering av effektivt tilknytningsforhold, der det kreves lydhør tilgjengelighet fra foreldrenes side. Når barnet går inn i fasen som strekker seg fra 1 år til 1,6 år er barnet rettet mot utforskning og mestring, hvor foreldrene skal fungere som en *trygg base* for barnet. Fra 1,6 år til 2,6 år utvikles det en reguleringsmessig utvikling av barnet som et individ, med økt autonomi. Her blir foreldrenes oppgave å gi barnet en «fast støtte» som Srouf (1996) kaller det. Mellom 2,4 år og 4,6 år er barnet i utvikling av håndtering av impulser, identifisering av kjønnsrolle og relasjoner med jevnaldrende. Denne fasen krever at foreldrene er tydelige i sine roller og verdier og utøver en fleksibel selvkontroll. I årene videre og ut ungdomsalderen må foreldre opptre overvåkende, støttende, og være en støttende ressurs, og overvåke barnets egen emosjonelle selvregulering. Denne skjematisk fremstillingen gir et bilde omkring kompleksiteten i utviklingen av

emosjonell selvregulering, og hvor viktige brikker barnets nære omsorgspersoner er i barnets tidlige utvikling (Srouf, 1995).

Det kan med andre ord sies at selve starten på å differensiere vårt eget følelsesliv skjer ved at barnet hovedsakelig blir regulert utenfra, gjennom sine omsorgspersoner. Følelsene reguleres gjennom barne- og ungdomsårene parallelt ved at barnet utvikler kompetanse til å regulere sine egne emosjoner og etter hvert tar over omsorgspersonens ytre regulering (Zeanah, 2000).

Barnets indre regulering øker i takt med alderen, og den ytre reguleringen fra barnets omsorgspersoner avtar i takt ved at barnets indre regulering øker. Utviklingen skal forhåpentligvis resultere i at barnet overtar all regulering selv. For at barn skal kunne mestre dette kreves det et responderende miljø (Schore, 2003) og en normal utvikling av kognisjon (Barett, 2006).

Mennesker som har redusert kognitiv kraft til å møte den sterke nevrologiske aktiveringen som oppstår på bakgrunn av en emosjon, har et sterkt behov for at noen som er nær dem, som både ser og forstår dem kan hjelpe dem å regulere den kroppslige kraften. Blir ikke personen regulert uten i fra, vil aktiveringen oppleves som overveldende og føre til en sterk kroppslig uro. Dette kan føre til utfordrende atferd, som kanaliseres gjennom blant annet aggressivitet, redsel for nærhet eller tilbaketrekking (Jacobsen & Svendsen, 2010; Melrose, 2010; B.D. Perry, 2003).

Mennesker med alvorlig psykisk utviklingshemning og mennesker med autisme illustrerer hvordan manglende evne til samhandling og manglende kortikal utvikling kan føre til problemer rundt utviklingen av emosjonell selvregulering. Mennesker med autisme har lite utviklet kontakt med sine emosjoner, og mangler eller har sterkt reduserte medfødte adaptive atferder (blikkontakt, gråt, å reagere positivt på kroppskontakt og rette seg motorisk imot) som kan bidra til nærhet til omsorgspersoner. De lar seg lite reguleres utenifra. Den manglende nærheten som følger av mangel eller reduserte adaptive atferder kan bidra til svak differensiering av emosjoner og mangel på utvikling av kognitive prosesser som skal kunne regulere emosjonene. Barn og voksne med autisme vil dermed i stor grad oppleve det reaktive i emosjoner som kroppslig uro uten informasjonsverdi, og ikke som en hjelp til å rette oppmerksomheten mot den aktuelle hendelsen barnet eller den voksne befinner seg i. Fokuset vil i stede rettes innover mot uroen, noe som kan generere til opplevelsen av angst.

Barn og voksne med sterk psykisk utviklingshemning synes å ha en litt annen vei når det gjelder utviklingen av emosjoner. Menneskene med alvorlige psykiske utviklingshemninger har vanligvis intakt rektikulærsubstans og det limbiske system, men lite utviklet korteks (Jacobsen og Bjerkan, 2010). De kan vise emosjonelle uttrykk som interesse, glede, frykt, misunnelse og hengivenhet, men det reaktive i emosjonen uttrykkes svært kraftig og usminket. Dette er en gruppe mennesker som har intakt de områdene som produserer det reaktive i emosjonen, men som ikke har like utviklete kognitive evner til å møte kraften som oppstår som et resultat av det reaktive i emosjonen (Jacobsen og Bjerkan, 2010).

Utviklingen av emosjonell selvregulering er som vi ser knyttet til både indre og ytre variabler. Kognitiv behandling av informasjon er blant annet indrevariabler av betydning for utviklingen av emosjonell selvregulering. Ytre variabler omhandler i denne sammenheng barnets omsorgspersoners initiativ når det gjelder å tolke og regulere barnets emosjonelle uttrykksformer.

3.0 Relasjoners betydning for utvikling av emosjonell selvregulering

Som presentert i de øvrige avsnittene er evnen til selvregulering bestemt av både egenskaper hos det enkelte barnet og kvaliteten på samspillet med omsorgspersonene. Dette betyr i praksis at barnets primære omsorgspersoner spiller en avgjørende rolle i barnets utvikling av emosjonell selvregulering.

Gjennom sin utviklingsmessige systemteori fremholder Robert Pianta (1999) 3 komponenter i barn-voksen relasjon. De primære komponentene inneholder:

1. Trekk fra de involverte individene,
2. Prosesser som utvikles innenfor relasjonen, og
3. Ytre påvirkninger fra systemene rundt individene som inngår i relasjonen.

Inge Bø (2000) deler relasjonsbegrepet inn i 3 deler. Han hevder at en relasjon kan beskrives som et forhold mellom to personer som gjensidig kan påvirke hverandre. Han bruker begreper som sosiale relasjoner, primærrelasjoner og sekundærrelasjoner (Bø, 2000). Sosiale relasjoner kan betegnes som de relasjonene en har med mennesker en ofte samhandler med.

Primærrelasjoner er relasjoner til betydningsfulle andre, som foreldre, søsken og venner.

Disse relasjonene kjennetegnes ved en viss intimitet og nærhet. De sekundærrelasjonene kategoriseres som de relasjonene en har til andre som oppleves som formelle og mer fjerne (Bø, 2000).

3.1 Barnet i et systemteoretisk perspektiv

Robert Pianta (1999) påpeker også viktigheten av gode relasjoner mellom barn og voksen, og hevder at disse relasjonene kan opptre som en beskyttende faktor. Piantas teorier og arbeid er inspirert av systemteoretisk tenkning og tilknytningsteori. Hans systemteoretiske teorier bygger på Bronfenbrenners (1979) utviklingsøkologiske forståelsesmodell og bærer tydelige preg av det objektrelasjonelle perspektivet. I sin systemteori opererer han med seks utviklingsområder. Barnet blir sett på som en del av et større system. Dette innebærer at barnets utvikling avhenger av betydningsfulle andre. De nære relasjonene barnet har med sine betydningsfulle andre danner et mønster som påvirker barnets utvikling. Pianta (1999) beskriver barnets utvikling i forhold til 6 nøkkelområder. Disse nøkkelområdene henviser til barn- voksen relasjonens påvirkning i forhold til barnets utvikling.

1. Nøkkelområde 1. Regulering og avpasning av fysiologisk aktivering, fra 0 – 6 måneder.

I tidlig spedbarns alder utvikles barnets evne til å ha felles oppmerksomhet og regulere emosjonelle opplevelser sammen med et annet menneske. Barnet opplever at kroppen utsettes for opphisselse i flere situasjoner, og er totalt avhengig av omsorgspersonens lydhørhet ovenfor disse behovene som meldes. Opphisselsen kan komme i forbindelse med for eksempel sult, trøtt og/eller redsel (Pianta, 1999). Den nyfødtes behov må møtes innen rimelig tid, og den voksne står ansvarlig for kvaliteten for relasjonen barnet og den voksne inngår i. Om små barn blir liggende over tid å gråte uten trøst, vil store mengder kortisol strømme gjennom hjernen. Blir dette et mønster kan dette hemme utviklingen av hjernen, som kan føre til blant annet aggresjonsvansker, angst, og depresjon i senere alder (Perry, 2003). Når omsorgspersonene møter de situasjonelle opphisselsene på en omsorgsfull måte, og dekker barnets behov gjentatte ganger vil mor og barn bygge et mønster for relasjon. Denne relasjonen vil hjelpe den nyfødte til å utvikle evnen til å kunne regulere emosjonell opphisselse. Den felles oppmerksomheten som oppstår rundt

barnets behov og aktiviteter bidrar til at barnet erverver seg egenskap for å skape relasjoner med andre senere i livet (Pianta, 1999).

2. Nøkkelområde 2. Effektive tilknytningsrelasjoner, fra 6 måneder – 2 år.

Denne prosessen vil preges av den emosjonelle tilknytningsprosessen som oppstår mellom barnet og omsorgspersonene. Når barnet har erfart at mor er til å stole på og forutsigbar i forhold til å dekke barnets behov oppstår det en emosjonell tilknytning mellom dem. Pianta (1999) hevder videre at denne tidlige tilknytningen legger grunnlaget for hvordan barnet kan regulere sine emosjoner, komme i kontakt med sine emosjoner og regulere sin egen atferd senere i livet. Barnet opplever mor som en trygg base og føler seg trygg nok til og utforske omverden. Når barnet blir ivaretatt på en trygg og god måte signaliserer mor til barnet at barnet er verdifullt og viktig. Dette signalementet bygger opp under barnets selvverd, som er gressroten til barnets selvtillit (Pianta, 1999).

3. Nøkkelområde 3. Selvtillit, selvstendighet og autonomi, fra 2år – førskolealder.

Den 3. fasen kjennetegnes av selvstendighets utvikling og autonomi (Pianta, 1999). Barnet blir observant på skille mellom seg selv og andre. Barnets utforskning av miljøet og andre individer bygger opp under denne selvstendighetsutviklingen. Barnet både prøver og ønsker å ta i bruk egne ressurser for å mestre forskjellige situasjoner. Utviklingen av autonomi handler om ønsket om å mestre selv, og dermed kan barnet oppleves som om det tester ut grenser. Både kognitive, motoriske og sosiale prøvelser blir aktivert. Omsorgspersonen må i denne fasen lede og støtte barnet i sin utvikling av autonomi, og forsterke barnets selvoppfattelse. Pianta (1999) hever at det blir viktig å oppfordre barnet til å utforske, men også legge til rette for at barnet skal kunne spørre om veiledning og hjelp når situasjonen måtte kreve dette.

4. Nøkkelområde 4. Personlige ressurser og miljømessige forutsetninger, fra førskolealder – tidlige skolealder.

Ferdighetene som utvikles i denne fasen er vesentlig. Barnet utvikler evnen til å organisere og koordinere miljømessige og personlige ressurser (Pianta, 1999). Barnets relasjoner med sine nære omsorgspersoner vil være av stor betydning i denne fasen, da perioden preges av sosial kompetanse utvikling og bygging av relasjoner med jevngamle. Dette innebærer at de sosiale kontekstene blir mer utfordrende og setter større krav til språklige ferdigheter, evnen til å dele meninger og tanker. For at disse ferdighetene skal mestres tilegner barnet seg det Pianta (1999) omtaler som representasjonskapasitet. Begrepet representasjonskapasitet, gir et bilde av individets ”indre liv”, som består av individets følelser, ”beliefs”, minner og erfaringer. Representasjonskapasiteten påvirker våre relasjoner til andre systemer og påvirker hvilken atferd vi opptrer med i de forskjellige situasjoner. I samhandling og interaksjon med andre lærer barnet å mestre å ha et felles mål i en relasjon. Konteksten og støtten barnet får er av stor betydning for barnets utvikling. At barnet i denne perioden har utvidet sine evner til å organisere og koordinere miljø og personlige ressurser, fører til at barnet ytrer seg verbalt, der barnet tidligere brukte fysisk atferd og gester for å uttrykke sine emosjoner og behov (Pianta, 1999).

5. Nøkkelområde. Etablering av gode relasjoner med jevnaldrende, en forlengelse av utvikling i førskolealder.

Barnet opplever en tydeligere opplevelse av sin egen identitet, mens det på samme tid integreres en økende evne til selvregulering. Den økende kompetansen i forhold til barnets evne til å kunne regulere seg selv, vil være betinget av de miljømessige faktorene barnet omgås, og spille en avgjørende rolle i forhold til å utvikle kvalitetsmessige relasjoner med jevnaldrende (Pianta, 1999). Mønsteret i relasjonen barnet bringer med seg fra omsorgspersonen vil legge grunnlaget for barnets mulighet for å mestre relasjoner med jevnaldrende. Relasjonene med jevnaldrende vil opptre både som en kilde for utfordring og som ressurser. Over tid vil også disse relasjonene lagres som abstrakte representasjonsformer for hvordan samhandling med jevnaldrende foregår (Pianta, 1999).

Barnet vil gjennom erfaringer erfare hva som er akseptabel og uakseptabel atferd. Disse erfaringene vil etableres som barnets internaliserte ”normsystem” og bli en del av barnets

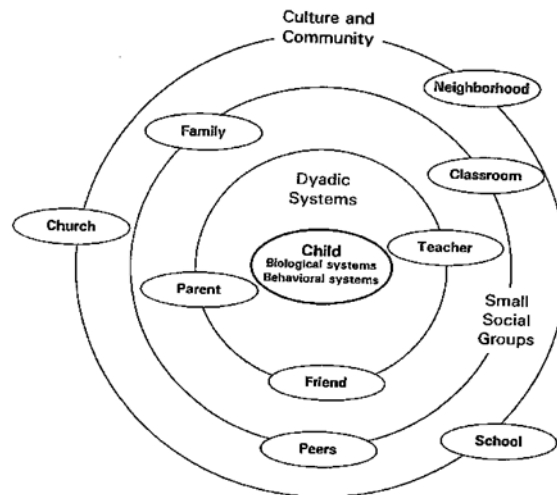
representasjons kapasitet. Disse internaliserte normene vil bidra til økt evne av selvregulering. Barnets erfaring med seg selv og andre vil bidra til at representasjonskapasiteten øker, denne prosessen vil gi en modning i forhold til barnets sosiale kognisjon og legger grunnlaget for utvikling av empati (Pianta, 1999).

6. Nøkkelområdet. *Opplevelse av selvet og effektiv bruk av selvregulering, en forlengelse av utvikling i førskolealder.*

Denne fasen sammen med fase 5 er en forlengelse av utviklingen som forgår i førskolealderen. I denne 6.fasen er god selvregulering et kjennetegn for god tilpasning (Pianta, 1999). I de tidligere fasene har evnen til å selvregulere vært i utvikling, og handlet mest om emosjonelle uttrykk. Nå som barnet er eldre vil reguleringen strekke seg over flere domener. Domenene vil bli bærebjelken for både kognitive – og akademiske ferdigheter, for egen identitet og barnets evne til sosial interaksjon (Pianta, 1999).

Barnets selvregulerings evner vil som nevnt tidligere være betinget av de miljømessige faktorene som omgir barnet. Dette innebærer at Pianta (1999) ser på barnets utvikling som en dynamisk helhetlig prosess, der omsorgspersonene spiller en viktig rolle i forhold til barnets utviklingsmuligheter. Barnets evner og utvikling kan med andre ord ikke forstås isolert, men som en kontekstualisert prosess i et større system (Pianta, 1999).

Pianta`s arbeid illustrer hvordan deler påvirker helheten. Hvordan store systemer består av mindre systemer som er i relasjon med hverandre. De ulike systemene kan deles inn i ulike nivåer av systemet. Pianta sin modell som viser til de dyadiske systemer viser oss klart og tydelig hvordan barnet med sin representasjonskapasitet fører med seg sine relasjonelle erfaringer videre i livet og inn alle arenaer som barnets system består av. Utviklingsmodellen gir også et bilde av hvordan kontekstene og omgivelsene barnet befinner seg i igjen påvirker barnets emosjonelle og kognitive tilstand (Pianta, 1999).



Figur 1. Kontekster for utvikling (Pianta, 1999, s.26).

Med dette teoretiske perspektivet synliggjør Pianta betydningen av relasjoner mellom barn og voksne i henhold til barnets evne til selvregulering. Han vektlegger de voksens evne og kunnskap til å kunne tilrettelegge for barnets utvikling og læring.

Pianta gir oss kunnskaper om hvor stor innflytelse en voksen kan ha i et barns liv og hvor stor betydning omsorgsgiverens omsorg og lydhørhet over for barnet har for barnets utvikling. Ved å komme i posisjon gjennom en god relasjon der den voksne lærer og modulerer gode selvregulerende evner allerede fra fødselen av, vil opptre som en livslang gave (Lash, 2007). Synet på relasjoners betydning i de tidlige barneår har fått stadig større innflytelse i de siste tiår, der objektrelasjonsperspektivet sammen med fokuset om tilknytningsteori fremtrer som et teoretisk ståsted.

3.2 Objektrelasjonsperspektivet

Objektrelasjonsteori har i de siste tiår fått en stadig økende innflytelse både på teori og det praktiske fagfeltet. Det teoretiske perspektivet er en utviklingslinje innen psykoanalytisk teori. Objektrelasjonsteori omhandler hvordan de tidlige følelsesmessige relasjonene etableres og utvikles. Barnets kontaktutvikling på et indre plan blir fundamentet i denne tenkningen (Abrahamsen, 1997). *Objekt* i psykoanalytisk språkbruk er i betydning av en person utenfor seg selv, som en har et følelsesmessig og behovsmessig forhold til. Objektet kan betegnes både som en indre representasjon (minne, fantasi) og en reel person (Abrahamsen, 1997).

Objektrelasjonsteoretikernes felles teoretiske ståsted omhandler barnets basale søking etter å etablere kontakt med et annet menneske utenfor seg selv, for tilknytning, trygghet og selvbekreftelse (Abrahamsen, 1997, 2010; Bion, 1962; Bowlby, 1969, 1973, 1994, 2004; Hart & Schwartz, 2009; Winnicott, 1964; Winnicott & Jemstedt, 1993; Winnicott, Winnicott, Shepherd, & Davis, 1997).

I 1940, under et møte i den Britiske Psykoanalytiske Forening kom Donald Winnicott med følgende uttalelse: «there is no such thing as an infant». En setning som i ettertid har blitt svært kjent innenfor fagfeltet. Med dette sitatet ønsker han å gi et bilde som handler om at det er umulig å omtale et spedbarn uten å ta i betraktning den omsorgen og de omsorgspersonene som omgir barnet. Et spedbarn kan ikke eksistere uten den andre. Winnicott var barnelege og etter hvert også psykoanalytiker og barnepsykiater. Han hevdet at foreldre-barn relasjonene er nødvendig arena for barnets begynnende personlighetsutvikling. Dette betyr at småbarn er totalt avhengig av en relasjon for å komme i gang med sin emosjonelle utvikling. Et godt klima mellom barnet og den voksne er en del av de viktigste forutsetningene for barnets emosjonelle vekst (Winnicott, 1964).

Winnicott hevder at relasjonen mellom barnet og omsorgspersonen kan skildres som en reise. På denne reisen må den voksne være emosjonelt tilgjengelig, og kunne utøve god nok omsorg overfor barnet. Der barnet blir holdt både fysisk og psykisk. I følge Winnicott vil det oppleves like alvorlig for et barn å bli mistet ned fra den voksnes fang, som å glippe ut fra omsorgspersonens tanker (Winnicott, 1965, 2003; Winnicott & Jemstedt, 1993; Winnicott et al., 1997).

I objektrelasjonsteori brukes begrepet omsorg flittig. Hva er omsorg? Og hva vil det si å yte omsorg? Det kan sies at omsorg stiller store krav til både giver og mottaker. Omsorg innebærer at en har noen i tankene. Det å kunne ta en annens perspektiv, og til tider legge egne behov og ønsker til siden for å tilfredsstille den andre parten. Det er først i en relasjon omsorg gis og tas i mot (Abrahamsen, 1997). For å ha evnen til å gi omsorg, kreves det at individet selv har opplevd å bli gitt omsorg. En må ha opplevd og fått føle på kroppen hva det vil si at en annen har hatt deg i tankene og vist dette gjennom en varm og omsorgsfull handling (Abrahamsen, 1997).

3.2.1 The holding environment

«The holding environment», på norsk kalt for «et holdende miljø» er av stor betydning for et barn. For at barnet skal kunne ta fatt på sin utvikling av *selvet* trenger det trygge omsorgspersoner som kan holdt det tett, både fysisk og psykisk (Winnicott, 2003). Gjennom «holding-begrepet» vil barnet få en begynnende forståelse av seg selv og andre. Når omsorgspersonen klarer å tolke og møte barnet på en følelsesmessig måte vil denne forståelsen av seg selv og andre ta en begynnende form.

Omsorgspersonen legger til rette for det holdende miljøet ved hjelp av moderligopptatthet. Det holdende miljøet får et tosidig mål. 1) Å møte barnets behov ved innlevelse og identifisering, 2) å holde fysiske og psykiske krenkelser på et minimumsnivå. For at omsorgspersonene skal klare å utføre denne form for atferd, krever det at omsorgspersonen selv opplever å bli «holdt» av sine nære gjennom forståelse og hjelp, eller har fått erfart denne typen for interaksjon gjennom barndommen (Abrahamsen, 1997).

Pålitelig omsorg er et begrep som opptok Winnicott. Kontinuitet, pålitelighet og forutsigbarhet blir avgjørende faktor for å utøve pålitelig omsorg. Opplever barnet *upålitelig omsorg* som et mønster i samspillprosessene kan dette konstituere et traume. Hver eneste opplevelse av upålitelighet innebærer for barnet en forstyrrelse i barnets opplevelse av «å være» (going on being), som dermed vil opptre som et brudd i barnets selvopplevelse. Dette kan få konsekvenser på sikt, ved at barnet får opplevelsen av at omverden ikke er til å stole på (Winnicott, 2003).

Objektrelsjons teori hevder at det viktigste kriteriet for et godt samspill mellom barn og voksen er emosjonell tilgjengelighet fra den voksnes sider. Å være følelsesmessig tilgjengelig innebærer å ha barnet i sin oppmerksomhet, både fysisk og psykisk (Abrahamsen, 2010). Det skal være den voksne som bærer relasjonen og har et hovedansvar for kvaliteten som utspiller seg i relasjonen mellom barnet og den voksne (Pianta, 1999).

3.2.2 Container – contained relasjonen

Winnicotts tanker omkring begrepet et holdende miljø korrelerer med den engelske teoretikeren Bions (1962) begrep «container – contained». *Container-contained* som et begrep gir et bilde av hvordan omsorgspersonene klarer å ta i mot barnets signaler om angst og uro, uten selv å bli smittet av de smertefulle følelsene barnet opplever. Bion hevder at

omsorgspersoners evne til å leve seg inn i og forstå barnets emosjoner, hjelper barnet til en større psykisk toleranse for smertefulle opplevelser, samt nye og fremmede situasjoner.

Den voksnes oppgave blir å grunne over hvordan barnet har det, for så å gjøre et forsøk på å gjøre de smertefulle følelsene barnet opplever mer fordøyelige for barnet. Den voksne vil gjennom disse forsøkene på emosjonellfordøyelse hjelpe barnet til å kunne tåle sine egne smertefulle følelser ved å bære de vanskelige følelsene sammen med barnet. En dynamisk prosess oppstår, der barnet etter hvert erfarer at de vanskelige følelsene er til å bære fordi den voksne hjelper det til å omforme de utholdelige følelser til følelser som er psykisk fordøyelige. Denne dynamiske prosessen vil gradvis føre til en emosjonell vekst hos barnet. Den voksne hjelper barnet å tåle sine egne emosjoner, ved å bære emosjonene sammen med barnet. Med denne hjelpen vil barnet på sikt erfare at de vonde emosjonene er til å bære, fordi at barnet stoler på at den voksne vil bære emosjoner sammen med det. Barnets emosjonelle inntrykk omgjøres gradvis til meningsfulle elementer, som kan tenkes på.

I følge Bions terminologi prøver omsorgspersonen å avgifte (detoxicate) det psykiske innholdet i barnets opplevelse, ved å berolige det gråtende barnet gjennom trøst og nærhet. Det er som om barnet prøver å kvitte seg med de smertefulle følelsene over på omsorgspersonen, for så å få de tilbake i en mer forståelig og fordøyelig form. En rekke av disse samspillsopplevelsene vil legge grunnlaget for at barnet etter hvert vil oppnå en utvidet toleranse for smertefulle følelser, som vil gi barnet en større innsikt i sitt følelsesmessige liv. Dette vil gi barnet en bedre, dypere kontakt og forståelse for sine egne emosjoner (Bion, 1962). Barnet kan etter hvert kjenne etter i seg selv når ulike følelser vekkes til live og kunne regulere dem på en hensiktsmessig måte.

Barn som ikke opplever jevnlig «containing» kan få problemer med å lære å kjenne på sine egne følelser, og ikke minst romme dem. Problemene kanaliseres ut gjennom en svekket form for emosjonell selvregulering. Dette kan føre til svak toleranse for utfordrende situasjoner, og at barnet utvikler uhensiktsmessige måter å takle de vonde følelsene på (Abrahamsen, 1997). Prosessen som oppstår ved «Container-contained» begrepet er et eksempel på hvordan spedbarnet reguleres av sine omsorgspersoner (ytre regulering), men ettersom barnet utvikles gjennom prosesser som «container-contained» vil barnet gradvis kunne ta over evnen til å regulere sine egne emosjoner.

Gjennom utviklingen av emosjonell selvregulering i de tidligere barneår er det svært viktig at barnet erfarer god og trygg omsorg fra sine omsorgspersoner. En kontinuerlig stimulering vil

ha en stabiliserende effekt på barns emosjonelle tilstander. Barn trenger at omsorgspersonene er emosjonelt tilgjengelige for å fremme barnets evne til å regulere affekter (Smith, 2004). Det vil bli avgjørende viktig at barnet blir ”holdt” emosjonelt av sine omsorgspersoner.

3.2.3 Tilknytningsteori

«Damage the attachment – damage the child»

(Bowlby, 1989).

Den engelske psykoanalytiker John Bowlby (1907 – 1990) ble regnet som tilknytningsteoriens grunnlegger (Hart & Schwartz, 2009). Som en del av det objektrelasjons teoretiske perspektivet, så Bowlby på seg selv som en psykoanalytiker, men var på samme tid kritisk til deler av teoriene som hørte objektrelasjonsperspektivet til, og hadde dermed et ønske om å tilby en teoretisk videreutvikling. Han gikk derfor egne veier innen psykoanalytisk tenkning. Mens psykoanalytikerne hovedsakelig var opptatt av barnets indre verden (intrasubjektive aspektet), var Bowlby like mye opptatt av barnets omgivelser og foreldrenes omsorg for barnets psykiske vekst (det intersubjektive aspekt) (Abrahamsen, 1997, 2010; Hart & Schwartz, 2009).

Historisk sett kan tilknytningsteorien sees på som en videre utvikling av den objektrelasjons teoretiske forståelsen. Objektrelasjonsperspektivet deler tilknytningsteoriens grunntanker. Winnicott fremstår som sammen med Bowlby som en av de første som vektla omfanget av betydningen av tilknytningen mellom barn og barnets nærmeste omsorgspersoner (Hart & Schwartz, 2009).

Begrepet tilknytning kan sees på som en gjensidig prosess mellom barnet og den voksne. Begrepet kan forstås som en følelsesmessig binding mellom barnets og sine omsorgspersoner (Smith, 2002). Teorien bygger på både biologiske og psykologiske faktorer. Barnets evne til å danne og vedlikeholde relasjoner er en primær faktor i barnets psykiske helse.

I følge Bowlby (1973, 1994) er det empirisk dokumentasjon som inneholder belegg for å hevde at den emosjonelle kvaliteten på de primære tilknytningsforhold i de tidlige barneår i høy grad påvirker barnets personlighetsutvikling, og barnets oppfatning av seg selv og andre. Bowlby referer til sitt begrep *«internal working models»* (indre arbeidsmodell) som en indre

representasjon som barnet bygger seg opp gjennom relasjonell erfaring sammen med sine omsorgspersoner. Denne erfaringen antas å inneholde både emosjonelle, kognitive og atferdsmessige elementer (Bowlby, 1994, 2004).

Gjentatte samspillsopplevelser danner en betydningsfull indre struktur i løpet av barnets første leveår (Bowlby, 1973, 1994). De relasjonelle erfaringene barnet gjør seg i de tidlige barneår, vil i følge Bowlby fungere som en indre modell for senere kjærlighetsrelasjoner, både til barn og voksne. Han påpeker at den indre arbeidsmodellen fungerer som et åpent system, men at de relasjonelle erfaringene en gjør seg i de første leveårene legger et solid fundament. Det emosjonelle grunnlaget blir dermed ikke umulig å forandre, men utfordrende (Bowlby, 1994).

Barnet vil alltid ha et tent system av tilknytningsatferd. Systemet er biologisk forankret, og vil alltid være operativt, men vil «brenne» med lav eller høy flamme som Bowlby selv kaller det. Tilknytningssystemet har som formål å oppnå eller vedlikeholde fysisk nærhet til en spesiell annen, som barnet betrakter som å være i bedre stand enn seg selv til å klare seg i verden (Bowlby, 1969). Alle barn knytter seg til foreldrene sine, uansett kvaliteten på samspillet mellom dem. Barnet er innforstått med at det trenger en voksen for beskyttelse, trygghet og overlevelse. De emosjonelle båndene mellom omsorgspersonen og barnet er spesifikke. Det skal ikke være det samme for barnet hvem de er sammen med. Barnets protest på fremmede personer opptrer dermed som barnets beskyttelse. Bowlby trekker det så langt som å si at barnets reaksjon på adskillelse fra sine nære omsorgspersoner sier noe om kvaliteten på de emosjonelle båndene mellom dem (Bowlby, 1969).

Tilknytningsatferd er barnets språk, og gjennom dette språket prøver barnet å formidle hva de trenger av sine omsorgspersoner. Atferden gir utslag i at barnet ønsker å oppnå fysisk nærhet til omsorgspersonen. En nærhet som gir barnet trøst og trygghet. Om nærheten ikke kan opprettes vil dette generere uro og separasjons angst hos barnet (Bowlby, 1969). Klarer omsorgspersonen å holde barnet både fysisk og psykisk vil en i relasjonen mellom barnet og den voksne se et barn som har en sunn psykisk utvikling. Klarer ikke omsorgspersonene å ivareta barnet både fysisk og psykisk vil en se et barn som kan trues av kvalitet på samspillet gjennom å utvikle angst, depresjoner, utvikle et falskt selv eller andre psykiske lidelser (Bowlby, 1994). Konsekvensene av tilknytningsstil vil dermed være med å prege barnets utvikling av evnen til emosjonell selvregulering.

3.2.4 Tilknytningsstil

Formen på barnets tilknytning til omsorgspersonene kan sees på som barnets tilknytningsstil. Tilknytningsstil viser seg i form av atferd, såkalt tilknytningsatferd (Kvello, 2010) Ainsworth (1978) har etter banebrytende forskning kategorisert tilknytningsstiler inn i 3 forskjellige stiler, tilknytningsstil A, B og C (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). Videre studerte Main og Solomon (1986) Ainsworths arbeid, og kom opp med enda en tilknytningsstil, tilknytningsstil D (Kvello, 2010). De 4 tilknytningsstilene opptrer som en forenkling av alle tilknytningsformene mennesker viser. De 4 stilene kan anses som å være hovedtyper av tilknytningsstiler (Kvello, 2010). Etter å ha bearbeidet Kvello's (2010) teori omkring tilknytningsstiler er det utarbeidet en tabell over karakteristiske trekk, forekomst og tilknytningsstiler for å organisere teorien.

Tabell 1. Tilknytningsstiler utarbeidet på bakgrunn av Kvello (2010)

Tilknytningsstil:	A- Unnvikende	B- Trygg	C- Ambivalent	D- Desorientert
Forekomst:	12-15 %	55-70 %	10 %	15-20 %
Karakteristiske trekk ved omsorgspersonene:	Lite responderende og omsorgsfulle omsorgspersoner.	Forutsigbare og både fysisk- og emosjonelt tilgjengelige. Responderende omsorgspersoner som tar initiativ til samspill.	Respsen og omsorgen fra omsorgspersonene til barnet er ujevn.	Omsorgspersonene opptrer som skremmende for barnet.
Konsekvenser for barnets atferd:	Flinke til å skjule sitt stress, og later som om det har det godt. Barnet prøver å klare seg selv. Barnet verken forventer, eller søker omsorg. Kan oppfattes som fiendtlige, aggressive, fjerne eller vanskelige å nå inn til.	Barnet er åpen og positive i kontakt med andre mennesker, uten at det blir ukritisk og utleverer seg for mye. Disse barna viser sterk reaksjon ved adskillelse ved oppstart i barnehagen, men vil kort tid etter avskjeden være i lek med andre barn, når de har vendt seg til barnehagen. Har en fin balanse mellom sin	Barnet forsterker sine signaler for å få respons og omsorg fra sine omsorgspersoner. De er redde for å bli oversett, og opptrer dermed med klamrende og oppmerksomhetskravende atferd. Opplever ofte som egosentriske, selvopptatte og dominerende og er	Disse barna søker ikke omsorgspersonene ved utfordrende og stressende situasjoner pga frykt. Barnet vil unngå eller prøve å blidgjøre omsorgspersonene. Noen barn i denne kategorien ivaretar de voksnes behov ved å skape velbehag for omsorgspersonene. Mens andre barn kan ha utviklet atferdsvansker, der de også fremprovoserer krenkelser og overgrep. Barna i denne kategorien oppleves som å være årvåkent, skvetne og på vakt.

		trygge base og utforskertrang.	ukritiske.	
--	--	--------------------------------	------------	--

Denne tabellen gir en oversikt, med kort oppsummering omkring de 4 tilknytningsstilene, omsorgspersonenes atferd ovenfor barnet, og barnets reaksjoner på tilknytningsstilen.

3.2.5 Etablering av trygg-base

Det viktigste aspektet ved Bowlbys teori er trygg base. Fenomenet kan kategoriseres som en balanse mellom utforskingstrang og barnets nærhets behov (Abrahamsen, 1997; J. Bowlby, 1994). Bowlby`s begrepet «trygg base» eller «secure base» som det refereres til på engelsk, har mange likhetstrekk ved Winnicott`s begrep «holdende miljø» og Bion`s begrep «contained – container» (Bowlby, 1994).

Som tidligere nevnt i det øvrige avsnittet legger Bowlby stor vekt på betydningen av omsorgspersonenes psykiske og fysiske tilgjengelighet, og den voksnes evne til å gi gjensvar i samspillet overfor barnet. For at barn skal kunne oppleve og bruke sine omsorgspersoner som en trygg base, må de øvrige elementene være tilstede i samspillet mellom den voksne og barnet. En trygg base symboliserer følelsen av trygghet. En trygghet som barn generelt opplever gjennom en pålitelig omsorgsperson. Denne tryggheten fungerer som barnets utgangspunkt for trygghet til å utforske omverden. Barnet må oppleve at det har omsorgspersonen «i ryggen», først da vil barnet kunne ta utfordringer i lek og læring (Bowlby, 1994). Basen vil fungere som en stasjon der barnet søker tilbake til både i og etter utforskingstrangen, for kjærlighet, trøst og omsorg. Kjærligheten, trøsten og omsorgen vil gi barnet den trygghet det trenger til å ta fatt på nye og utfordrende situasjoner (Abrahamsen, 1997; Bowlby, 1994).

Den trygge basen vil bli et nødvendig utgangspunkt for at barnet skal kunne oppleve indre og ytre opplevelser som meningsfulle. Basen skal være tilgjengelig både når barnet trenger fysisk

og psykisk trøst, når barnet blir redd eller lei seg. For at dette skal kunne gjennomføres innebærer det at den trygge basen er emosjonelt tilgjengelig (Abrahamsen, 1997; Bowlby, 1994). Omsorgspersonenes evne til å skape en trygg base for barnet, vil i sterk grad avhenge av omsorgspersonenes egen relasjonshistorie i sin egen oppvekst (Bowlby, 1994; Pianta, 1999).

På bakgrunn av oppgavens teoretiske grunnlag, og teoriens konkretisering av betydningen av de tidlige barneår i forhold til utviklingen av emosjonell selvregulering blir det naturlig å inkludere barnehagen som offentlig omsorgsgiver. Dette valget inneholder ingen form for ekskludering av skolens vesentlige rolle for barnets selvregulerende utvikling, men opptrer mer som en handling for å avgrense oppgavens omfang.

3.3 Barnehagen som sekundær omsorgsgiver

I Norge i dag er det uttalt en politisk målsetting om full barnehage dekning, og det legges opp til at kvinner skal være yrkesaktive etter ett års fødselspermisjon. Ved utgangen av 2011 hadde nærmere 90 prosent av alle barn i alderen 1-5 år en plass i barnehage (Statistisk-sentralbyrå, 2011). Utviklingen har ført til at stadig flere og yngre barn tilbringer mere tid i barnehagen.

Hvilke konsekvenser dette får for de minste barna i barnehagen er et meget omdiskutert tema. Teorigrunnlaget i denne oppgaven vil belyse viktigheten av fagligkompetanse for barnet som individ i barnehagen, og hvilken betydning kompetansen utgjør i barnets utviklingsperspektiv.

3.3.1 Omsorg i barnehagen

Det tilknytningsteoretiske perspektivet som i første omgang var knyttet opp mot barnet og barnets omsorgsgiver, får nå også en betydning i barnehagen. Barnehagen som offentlig omsorgsgiver opptrer i dag som en sekundær omsorgsperson. Små barn bruker store deler av dagene i barnehagen, det vil derfor være naturlig å trekke en konklusjon om at samspeillet mellom de voksne og barna i barnehagen vil være av stor betydning for barnets evne til emosjonell selvregulering.

Når barnet skal begynne i barnehagen vil barnet bli adskilt fra sin primære omsorgsgiver, dette medfører at barnet har forlatt det kjente og trygge som familien og barnets hjem

symboliserer, og barnet skal tilpasse seg de nye omgivelsene. Dette innebærer at de ansatte i barnehagene må gå inn i rollen som barnets sekundære omsorgsgivere (Abrahamsen, 1997). For å lette overgangen mellom hjemmet og barnehagen mest mulig for det lille barnet betinger det at barnet får god nok hjelp av de voksne i barnehagen til å mestre overgangssituasjonen på best mulig måte.

For å kunne fylle denne rollen, blir det viktig at de ansatte i barnehagene klarer å kombinere omsorg og pedagogikk på en faglig forsvarlig måte. Dette innebærer at de ansatte integrerer og oppdaterer seg på faglig kunnskap om små barns samspillsbehov. Ansatte i barnehagen har et ansvar for å være *gode nok* i den Winnicotske betydning, evnen til å opptre som hvert enkelt barns *trygge base* og kunne *containere* barnets følelser (Bion, 1962; Bowlby, 1994; Winnicott, 2003; Winnicott & Jemstedt, 1993). De teoretiske perspektivene vektlegger omsorgsfulle relasjoners betydning for barns utvikling.

I det politiske styringsdokumentet, *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver* vektlegges også omsorgsbegrepet som et grunnleggende fundament. I kapittel 2 Omsorg, lek og læring, punkt 2.1, hevdes det at alle barn har rett på omsorg og skal møtes med omsorg i barnehagen. De ansatte i barnehagen er yrkesetisk forpliktet til å handle omsorgsfullt overfor alle barn i barnehagen. Omsorg skal prege alle de daglige situasjonene i barnehagen, den skal komme til uttrykk når barnet leker, i stell, måltider og påkledning. Det påpekes videre at omsorg er en viktig forutsetning for barnets utvikling og læring. Den gode omsorgen skal styrke barnets forutsetning og utvikle tillit til seg selv, og andre, kunne inngå i gode relasjoner, og på sikt ta ansvar for seg selv og for fellesskapet (Kunnskapsdepartementet, 2011b). Omsorg og pedagogikk er to sider av samme sak, hevder Gerd Abrahamsen (1997). Men på samme tid påpeker Abrahamsen at det ikke er tilstrekkelig å kun være snill, og ha god vilje. Det kreves langt mer fagligkompetanse for å utøve pedagogisk arbeid av kvalitet i barnehagen (Abrahamsen, 1997).

3.3.2 Politiske føringer for kvalitet i barnehagen

Myndighetene legger kraftige føringer som omhandler krav om høy kvalitet på det pedagogiske tilbudet førskolebarn tilbys. Det kvalitative aspektet er dermed et uttalt mål, der barnehagen omtales som det første steget i barnets utdanningsløp, med en visjon om livslang

læring. I NOU 2012:1, *Til barnas beste* er kvalitet i barnehagen et sentralt tema. Både internasjonalt og nasjonalt har begrepet kvalitet fått stor plass i barnehageforskningen. I NOU 2012:1, fremheves betydningen av kvalitet i småbarns oppvekstmiljø. Barnehagelov og rammeplan legger sterke politiske føringer for samfunnsmessige kriterier for hva en god barnehage er. Kvalitet omhandler blant annet lek, læring, utvikling, omsorg, trygghet, involvering og engasjement. For at barnehagene skal utøve pedagogisk arbeid med kvalitet på individnivå, kreves det kompetanse utvikling på systemnivå. Barnehagen må stadig være i utviklingen, og bli i prosessen som en lærende institusjon. Først da vil kvaliteten få sitt utspring på individnivå (NOU (2012:1)).

Det hevdes videre at alle barn skal sikres progresjon i sin utvikling, uavhengig av barnets funksjonsnivå, språklig- og sosial bakgrunn. Rammeplanens føringer stiller store krav til personalet. Det påpekes flere steder det særlige ansvaret de ansatte i barnehager har for barns læring og utvikling.

I St.meld. 41, *Kvalitet i barnehagen* vektlegger barnehagens kvalitet som et vesentlig viktig tiltak for å sikre barns utgangspunkt før skolestart. Kvaliteten skal sikres gjennom, 1) et samspill mellom barn-voksen som preges av at den voksne er lyttende, omsorgsfull og tilgjengelig, 2) et engasjert og faglig utdannet personell, 3) stabilt personalet og 4) at barnet er omgitt av konsistent behandling. Disse spesifikke faktorene vektlegger relasjonens betydning for barnets utvikling og livslange læring (St. meld. nr 41 (2008-2009)).

Fokuset på kvalitet i barnehagen vektlegges i St. meld. 24, *Fremtidens barnehage*. Meldingen fokuserer på den voksnes rolle inn mot kvalitetsbegrepet. Det fremheves at det er de voksne i barnehagen som er avgjørende for hvor god kvalitet barnehagen har. De voksnes kunnskaper om barns utvikling og læring er avgjørende for å legge til rette for et optimalt utviklingsgrunnlag på første skritt mot livslang læring (St. meld. nr 24(2012-2013)).

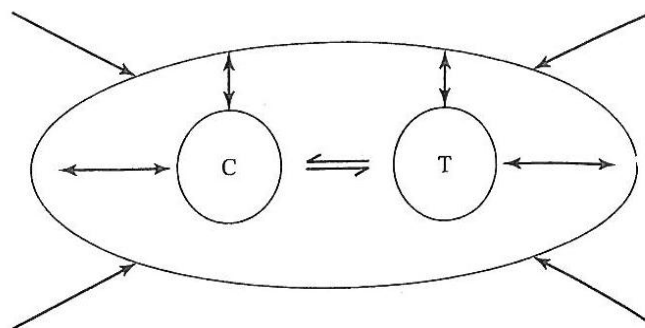
Disse politiske styringsdokumentene viser til at statens målsetting korrelerer med fagfeltets teoretiske perspektiver som omhandler kvalitet i barnehagene. Der kvaliteten på relasjoner er en grunnleggende faktor for utvikling, trivsel og læring.

3.3.3 Relasjonsfremmende arbeid for utvikling av reguleringsevner

For å fremme barns utvikling av emosjonell selvregulering blir det viktig at det bygges en god og solid relasjon mellom både barnets primære og sekundære omsorgsgivere. De ansatte i

barnehagen har et stort ansvar, når en i lys av de øvrige teoretiske perspektivene påminnes hvor grunnleggende nødvendig en pålitelig voksen med en omsorgsfull tilnærming er for barnets utvikling av selvregulerende evner.

Som nevnt i tidligere avsnitt mener Pianta (1999) at mennesket i seg selv kan betraktes som et system. Et system som består av deler som er knyttet sammen og påvirker hverandre innbyrdes. Delene kan beskrives som domener, domener som kognitive, sosiale og emosjonelle forutsetninger. Det dyadiske systemet symboliserer to mennesker i en relasjon, som har gjensidig påvirkning på hverandre. Dyadene vil utvikle et samspill, som på sikt danner mønster for en relasjon. Det er denne prosessen som er utgangspunktet for dannelsen av en relasjon mellom pedagogen og barnet. Pianta (2003) har utviklet en modell som betraktes som et dyadisk system. Denne modellen beskriver i denne sammenheng relasjonen mellom voksen i barnehagen og barnet, og synliggjør prosessene som eksisterer rundt relasjonen.



Figur 2. Modell av Relasjonsdyaden (Pianta, Hamre & Stuhlman, s. 206).

Individenes relasjonshistorie symboliseres gjennom de to sirklene som omringer hvert av individene i relasjonen. Pilene mellom pedagogen og barnet viser til prosessene som eksisterer mellom dem. Prosesser som atferd og kommunikasjon. Den ytterste ovale sirkelen som omslutter de to mindre sirklene illustrerer representasjonen pedagogen og barnet har av den aktuelle relasjonen. Pilene fra individene til representasjonen vil symbolisere opplevelsen den enkelte har av relasjonen dem i mellom. De ytre pilene som peker i retning inn mot representasjonen illustrer hvordan eksterne påvirkninger, både fra nær sosial kontekst og fra overordnet samfunnsnivå, påvirker relasjonen mellom pedagogen og barnet (R. C. Pianta, Hamre, B., & Stuhlman, M., 2003).

Denne modellen illustrer hvor kompleks en relasjon er, og hvor viktig det er med kunnskaper omkring relasjonsfremmende arbeid i barnehagen. Selv om relasjoner er komplekse, er det på samme tid små tiltak en kan iverksette for å fremme relasjoner mellom pedagoger og barn (Pianta, Hamre, B., & Stuhlman, M., 2003).

En av de viktigste forutsetningene for å danne en relasjon er at barnet får følelsen av at det er verdifullt i de voksnes øyne. Pianta (1999, 2003) oppfordrer til *Banking time* som tiltak for å fremme relasjonen mellom voksen og barn i barnehagen. Han hevder at det bør settes av fast tid til hvert enkelt barn, der pedagogene viser interesse for barnet som person, sine verdier og interesser. Pianta påpeker at *banking time* ikke skal komme i forlengelsen av en bestemt type atferd fra barnets side, slik at *banking time* ikke forbindes eller kobles opp mot straff eller belønning. Målet skal være at barnet sitter igjen med følelsen av å være verdifull og ønsket. Dette vil bidra til å fremme en god relasjon mellom barnet og den voksne i barnehagen (Pianta, 1999). Pianta sier:

”In banking time the teacher works with a consultant and implements a daily (if possible) regimen of between five and 15 minutes of individual time with a target child. The intervention is called Banking time because of the metaphor of saving up positive experiences”

(Pianta, 1999, s.140).

3.3.4 Tidlig innsats

Ved Læringsmiljøsentret i Stavanger, under prosjektet SKOLEKLAR har Lunde (2012) gjort et urovekkende funn. Undersøkelsen viser til resultater som påpeker at barn og voksne i barnehagen ikke ser ut til å ha mange kontaktpunkter i løpet av en dag (Lunde, 2012). Små barn er som en har nevnt i avsnittene over, er totalt avhengige av en god relasjon for å komme i gang med sin psykiske vekst og utvikling. Et godt klima mellom barnet og den voksne er en av de viktigste forutsetningene for at barnet skal kunne vokse emosjonelt sett (Abrahamsen, 1997, 2010; Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969, 1973, 1994, 2004; Fonagy, 2006; Kvello, 2010; Melrose, 2010; B.D Perry, 2005; R. C. Pianta, 1999; Smith, 2002; Sroufe, 1995; Winnicott, 1964, 1965, 2003; Winnicott & Jemstedt, 1993; Winnicott et al., 1997). Med dette teoretiske perspektivet som et grunnleggende fundament for barns utvikling av psykisk helse,

blir det svært viktig at holdninger som at en tålmodig skal vente å se om barn kan «vokse av seg» urovekkende atferdsmønstre bør forkastes (Drugli, 2008).

Det finnes i dag empirisk forskning som viser til at dess tidligere tiltak iverksettes i henhold til barns skeivutvikling, dess bredere og dypere funksjon får tiltaket (Tremblay, 2010). Stortingsmelding 16. påpeker også viktigheten av tidlig innsats for å avdekke komplekse vansker og problemer hos barn og unge. Det hevdes at et godt utgangspunkt ved skolestart, øker sannsynligheten for å lykkes med videre utvikling i et lærende utviklingsperspektiv. Kunnskapsdepartementet hevder som Tremblay (2010) at dess tidligere barnet får hjelp til komplekse problemer, dess større er sjansene for at større og mer kompliserte vansker avverges (St. meld. nr 16 (2006-2007)). NOU 2009: 18, *Rett til læring* vises det også til at for barn som er i utfordrende situasjoner opptrer tidlig innsats som avgjørende for videre utvikling. Midtlyngutvalget påpeker videre viktigheten av økt kvalitet og kompetanse i Norske barnehager for å utføre tidlig innsats i både barnehagen og skole (NOU (2009:18)).

4.0 Teoretisk oppsummering

Gjennom oppgavetekstens teoretiske perspektiver som omhandler emosjonell selvregulering og relasjoners betydning for barnets utviklingsperspektiv, blir det naturlig å trekke en sammenheng mellom opplevelsen av gode relasjoner og barnets evne til å regulere emosjonelle uttrykk. De teoretiske perspektivene viser til en gjensidighet av indre faktorer hos barnet (oppmerksomhet, konsentrasjon og kognitive evner) og barnets miljø (omsorgspersoner) når utviklingen av emosjonell selvregulering skildres. Teoriene viser til en utvikling som går fra å være totalt avhengig av sine omsorgspersoner for å kunne regulere emosjoner, til en gradvis utvikling for å kunne ta over reguleringen av impulser på egenhånd. Dette innebærer at barnet er prisgitt sine nære omsorgspersoner i henhold til sitt utviklingspotensiale. Teoriene setter også et fokus på barnehagens rolle som sekundær omsorgsgiver, og hvilke ansvar personalet har for barnets utvikling og læring, og hvilken viktighet tidlig innsats har for barnets videreutvikling av sunn psykisk helse.

5.0 Problemstilling

Tematikken for oppgaven er: Relasjoners innflytelse på utvikling av barns emosjonelle selvregulering. For å ha en klar hensikt og struktur på oppgaven er det viktig med en

problemstilling som er klar og konkret. På bakgrunn av det utvalgte teorigrunnlaget har jeg opparbeidet meg følgende problemstilling:

- a) Hva er emosjonell selvregulering?
- b) Hvilke faktorer har betydning for emosjonell selvregulering hos småbarn?
- c) Hvilken betydning har den voksnes innflytelse på relasjoner hos småbarn for utviklingen av emosjonell selvregulering?

6.0 Metode

Forskning har som hensikt å bidra med kunnskap om hvordan verden ser ut. Dette krever at forskere må gå metodisk til verks. Samfunnsvitenskapelig metode handler om hvordan en skal gå frem for å få informasjon om den sosiale virkeligheten, og hvordan denne informasjonen skal samles inn, analyseres og tolkes som data. Denne prosessen er en sentral del av empirisk forskning. Metode kan med dette kategoriseres som *å følge en bestemt vei mot et mål*.

Kjennetegnene til empirisk forskning er systematikk, grundighet og åpenhet (Johannessen, Tufte, & Kristoffersen, 2010). Empiriske undersøkelser har flere ulike hensikter, men et fellespunkt er at alle undersøkelser har til hensikt å fremskaffe kunnskap (Jacobsen, 2005). Hensikten vil til alle tider være å få svar på et spørsmål, å få bekreftet eller avkreftet en antagelse. Spekulasjoner og spørsmål skal konfronteres med det som kan kalles for virkeligheten, eller empiriene som det heter i forskningen (D. I. Jacobsen, 2005).

Formålet med denne masteroppgaven er å finne frem til et oppdatert oversiktsbilde av teori som omhandler fenomenet som er valgt å studere. Det er et ønske om å finne ut hva tidligere forskning og studier kan referere om relasjoners betydning i forhold til barns utvikling av selvregulering i de tidlige barneår. Den presenterte problemstillingen er utgangspunkt for søkene i databasene:

- a) Hva er emosjonell selvregulering?
- b) Hvilke faktorer har betydning for emosjonell selvregulering hos småbarn?
- c) Hvilken betydning har den voksnes innflytelse på relasjoner hos småbarn for utviklingen av emosjonell selvregulering?

6.1 Utførte søkemetoder for finne frem til relevant litteratur

For å få en god oversikt over aktuell forskning er det viktig å finne frem til søk i de rette fagdatabasene. Metodedelen består av søk etter aktuell litteratur, og gjennom disse søkene finne frem relevante funn i form av informasjon omkring det utvalgte tema.

Gjennom databasene *Eric*, *ISI Web of Science* og *Academic Search Elite* er det funnet relevante artikler som speiler forskningsresultater som finnes internasjonalt. I søkeprosessen etter relevant litteratur er også lagt til grunn at artiklene skal være fagfelleverderte og være publisert i tidsrommet 2002 til 2012. For å finne frem til relevant litteratur vil søkene kvalitetssikres ved å søke etter studier som fremlegger hva oppdatert forskning viser til i fagområdet, i forhold til et bestemt fenomen som studeres. Tidsskriftene skal altså være peer-review artikler og være av nyere dato. Peer review artikler innebærer at artikkelen har blitt evaluert og vurdert av kvalifiserte fagpersoner innenfor artikkelens fagområde. Disse fagpersonene gir tilbakemeldinger om eventuelle feil og mangler ved artikkelen, og vil være med å avgjøre om artikkelen kan godkjennes for publisering i det aktuelle tidsskriftet. Dette vil være med å kvalitetssikre søkene i databaser.

Eric er en Pedagogikk og undervisnings database, og inneholder referanser til blant annet tidsskriftartikler, bøker, avhandlinger, konferanserapporter. Den blir gitt ut av U.S. Department of Education, og inneholder blant annet referanser til tidsskriftartikler, bøker, avhandlinger, konferanserapporter. Databasen ble startet i 1966 og blir månedlig oppdatert. *Academic Search Elite* er en database med tidsskriftsartikler innenfor de aller fleste fagområdene. Basen dekker både samfunnsvitenskap, pedagogikk, humanoria, realfag og medisin. Databasen blir administrert og utgitt av Ebsco publishing, og inneholder artikler fra 35 000 tidsskrifter, hvorav 1500 er fagfelleverdert. *ISI Web of Science* dekker fagområdene vitenskap, teknikk, samfunnsfag og humaniora. Basen inneholder over 10 000 av de ledende tidsskriftene i verden, med et bredt spekter av emner. Basen opptrer også med et stort utvalg av bøker, rapporter og konferanseskrift. *ISI Web of Science* er utgitt av Thomson Reuters, og er av engelskspråklig innhold. Basens litteratur strekker seg fra tidsrommet 1987 til dags dato.

6.1.1. Søkeresultater

For å redusere feilsøk, er en avhengig av å søke med relevante nøkkelord relatert til problemstillingen. Med nøye utvalgte nøkkelord ble søkene i databasene satt i gang. Søkene gav flere treff. Utvalgskriterier som at artiklene skulle være i tidsrommet 2002 til 2012 og at barna som deltok skulle være i aldersrommet null til seks år ble til stor hjelp for å konkretisere og ekskludere antall relevante treff. Gjennomlesning av abstract og vurdering av artiklenes tematikk og fokus, sammenliknet med denne oppgavens problemstilling og hovedfokus ble utslagsgivende for hvilke artikler som ble utvalgt.

Med disse nøkkelbegrepene og en avgrensning om at artiklene skulle være peer- review ga søkene følgende resultat. Se tabell 5.

Tabell 2. Søkeresultater

Søkebegreper		Resultater		
		Eric	Academic search Elite	ISI Web of Science
1	Emotional self regulation*	409 (19)	802 (29)	1792 (77)
2	Emotional self regulation AND development	233 (11)	207 (11)	377 (19)
3	Emotional self regulation AND relation*	94 (4)	159 (10)	256 (7)
4	Emotional self regulation AND early childhood	64 (6)	20 (5)	84 (5)
5	Emotional self regulation AND kindergarten	16 (3)	7 (2)	20 (2)
6	Emotional self regulation AND preschool*	67 (5)	30 (5)	98 (10)
7	Emotional self regulation AND PARENTING	32 (1)	39 (3)	68 (5)
8	Relations AND emotional self regulation AND	61	52	1792

	development	(3)	(3)	(77)
9	Relationships AND self regulation	546	1000	2531
10	Emotional self regulation AND experimental design	0	10	6
11	Emotional self regulation AND experimental study	1	29	18
12	Self regulation AND relationships AND experimental study	5	19	2
13	Self regulation AND parenting AND experimental study	1	5	0

Note: Tallene som står oppført i parentes symboliserer funnene som er gjort ved å ta i bruk anførselstegn på begrepet emotional self regulation i søkene. For eksempel «Emotional selfregulation» AND parenting. Anførselstegnene skal bidra med å begrense søkene i forhold til artikler som kun inneholder begrepet emotional self regulation. Betegnelsen: * utvider søkene ved hjelp av at søkemotoren tar bort alle endelser og søker på ordstammen.

Som tabell 5 viser, ble det gjort store treff i antall artikler ved å bruke disse søkeordene. Blant de relevante artiklene ble det ikke gjort noen funn av eksperimentelle design. Det ble dermed lagt inn spesifikke nøkkelbegreper som tiltak for å oppnå treff av den eksperimentelle typen. Derfor ble det lagt inn nye søkebegreper i søkeprosessen i håp om å oppnå treff innenfor denne kategorien. Flere artikler, spesielt i databasen ISI Web og Science kunne elimineres på bakgrunn av at de omfatter voksne og ungdom, og ikke handlet om selvregulering i utvikling. Opptil ca 500 artikler kunne elimineres på bakgrunn av at de omhandlet selvregulering som fenomen i skolesammenheng. Etter nøye gjennomgang av potensielle artikler i forhold til oppgavens problemstilling, endte 38 artikler som høyst aktuelle for akkurat denne masteroppgaven. Av de 38 artiklene ble ni stykker eliminert på bakgrunn av kriteriet som omhandlet tid, nemlig at de skulle være publisert i tidsrommet 2002 til 2012. Etter nøye gjennomgang av de 29 artiklene som gjensto, kunne 18 stykker elimineres på bakgrunn av at de ikke gav relevante funn i sin studie i forhold til oppgavens problemstilling som omhandler *relasjoners betydning for utviklingen av emosjonell selvregulering*. Ut i fra disse treffene og nøye gjennomgang tar oppgave utgangspunkt i 9 artikler som viser seg å være av stor interesse for denne masteroppgavens problemstilling.

6.2 Forskningsdesign

Når en skal gjennomføre et forskningsprosjekt er det mange overveielser og valg som må gjøres. I en tidlig fase må forskeren ta stilling til hva og hvem som skal undersøkes, og hvordan undersøkelsen skal gjennomføres. Dette kan betegnes som forskningsdesign (Johannessen et al., 2010). Flere ulike forskningsdesign blir brukt i forskning i dag. Designet vil opptre som et rammeverk for hvordan undersøkelsen skal planlegges og settes ut i praksis. En undersøkelse er en metode til å samle inn empiri. Uansett fremgangsmåte bør empiriene tilfredsstillende to krav. 1) Empirien må være gyldig og relevant (Valid) og 2) empirien må være pålitelig og troverdig (reliabel). Gyldighet og relevans kan splittes opp i tre deler: begrepsgyldighet, intern gyldighet og ekstern gyldighet/overførbarhet (Jacobsen, 2005)

Å utføre en litteratur review som forskningsmetode kan være krevende og ta lang tid. Det sies at det tar opptil tre til seks måneder for å få til et godt resultat (Gall, Gall, & Borg, 2007). Fagfeltets litteratur og studier må nøye studeres, og prosessen til å finne frem til relevante litteratur i forhold til den utvalgte reviewoppgavens problemstilling kan være krevende, men nyttig. For å komme i gang med en litteratur reviewoppgave er det lønnsomt å arbeide seg frem til en avgrenset problemstilling. Videre vil det være viktig å lete seg frem til hva som kan være nyttig å se nærmere på innen oppgavens utvalgte tema. En kan spørre seg om hva akkurat denne reviewoppgaven kan bidra med i fagfeltet. En må unngå tilnærminger som kan ende opp resultatløse. Det kan også være lurt å identifisere anbefalinger for videre forskning i foregående studier. Dette kan bidra til at egen studie oppleves som relevant for fagfeltet, og minsker muligheten for resultatløse tilnærminger (Gall et al., 2007).

I forhold til de utvalgte artiklene i denne oppgaven finner en forskjellig bruk av metoder. 6 av de 9 artiklene er longitudinelle studier, 2 av artiklene er av eksperimentell design og 1 studie er samvariasjons studie.

6.2.1 Eksperimentelle studier

De standardiserte forskningsdesignene kan klassifiseres som eksperimentelle og, ikke eksperimentelle (Gall, Gall, & Borg, 2007). De eksperimentelle studiene brukes som et redskap for å studere årsakssammenhenger. Det eksperimentelle designet består av fire sentrale elementer: Sammenligning, randomisering eller tilfeldig utvalg av enheter i de to sammenlikningsgruppene, tidsseriedata og aktiv manipulasjon (Jacobsen, 2005). Designet inkluderer to hovedtyper, randomiserte forsøk og kvasi-eksperiment. Gjennom begge disse

designene manipulerer forskerne en uavhengig variabel (a) for å studere effekten den uavhengige variabelen har på den avhengige variabelen(b) (Lund, 1997). Manipulasjonen av den uavhengige variabelen/variablene er den sentrale funksjonen ved eksperimentelle studier. Skal forskerne studere fenomenet som det er, uten å inkludere en manipulert variabel i forsøket, kategoriseres forsøket som et ikke- eksperimentell studie (Gall et al., 2007). Målet blir å identifisere relasjonen mellom variablene, der samvariasjonen mellom variabel a og variabel b blir det interessante.

Randomiserte eksperiment går ut på at forskerne fordeler forsøkspersonene i to grupper, en eksperimentgruppe og en kontrollgruppe. Det skal være tilfeldig hvilke gruppe forsøkspersoner kommer i. Randomiseringen er den beste fremgangsmåten for å sikre at resultatene er generaliserbare for et utvalg av populasjon (Ringdal, 2007). Deltakerne i eksperimentgruppa blir utsatt for et spesielt tiltak, mens deltakerne i kontrollgruppen ikke blir utsatt for det gjeldene tiltaket. Det blir med dette mulig å undersøke om intervensjonen(tiltaket) har en reell effekt (Gall et al., 2007; Johannessen et al., 2010). Det er både praktiske og etiske utfordringer knyttet opp mot det klassiske eksperimentet, det er utfordrende å kunne trekke ut deltakerne tilfeldig til en eksperimentgruppe og en kontrollgruppe. (Johannessen et al., 2010). *Kvasieksperiment* utføres ved at forskerne utsetter en gruppe for en spesiell påvirkning for å undersøke om en bestemt intervensjon har bestemt virkning. Kvasi-eksperimentet skal oppfølge de samme kriteriene som eksperimentelle design, med unntak av tilfeldig trekning av hvilke deltakere som havner i de forskjellige gruppene og trenger ikke å inneholde en kontrollgruppe (Johannessen et al., 2010; Ringdal, 2007). Dette kan få konsekvenser for eksperimentets indre validitet (Ringdal, 2007). Det er viktig å merke seg at ved eksperimentelle studier blir det viktig å være oppmerksom på om eventuelle endringer i eksperimentgruppa kan være et resultat av den spesielle påvirkningen de er blitt utsatt for, eller om det kan være et resultat av andre påvirkninger deltakerne kan ha blitt utsatt for mellom undersøkelsestidspunktene (Johannessen et al., 2010).

6.2.2 Longitudinelle studier

Longitudinell undersøkelse kan kategoriseres som en undersøkelse som strekker seg over tid, og der det samles inn data på flere enn ett tidspunkt (Gall et al., 2007; Johannessen et al., 2010). Datainnsamling kan utføres både på to, tre eller flere tidspunkter. Meningen bak å utføre datainnsamling over flere perioder, er å studere forandringer eller kontinuitet i utvalgets

karakteristiske trekk (Gall et al., 2007). Designet kan være utfordrende å gjennomføre, men opptrer som essensielt for å utforske problemer i menneskets utvikling. Johannesen mfl. (2010) skiller mellom tre former for longitudinelle undersøkelser: tidsserieundersøkelser, panelstudier og kohortundersøkelser. Gall mfl (2007) opererer med fire hovedformer for longitudinelle undersøkelser, og velger å kategorisere dem inn i: trendundersøkelser, kohort undersøkelser, panelundersøkelser og tverrsnittsundersøkelser (Gall et al., 2007; Johannesen et al., 2010).

I oppgavens utvalgte artikler finner vi hovedsakelig panelstudier og kohortundersøkelser. *Panelstudier* opptrer med samme deltagere gjennom alle undersøkelsene. Denne type studie gir mulighet for å studere endringer over tid, og gir informasjon om hvilke personer som eventuelt endrer seg. *Kohortstudier* er undersøkelser som har et utvalg som deler en felles livsbegivenhet. I flere av de utvalgte artiklene finner en studier som kan kategoriseres som både kohort- og panelstudier. Disse formene for studier er meget tidskrevende og kostnadskrevende. En annen utfordring ved longitudinelle studier er at personer fra utvalget faller fra underveis (Johannesen et al., 2010).

6.2.3 Samvariasjons studier

Samvariasjons studier har som formål å se nærmere på fenomener i sammenheng med hverandre. Relasjoner kan undersøkes på flere måter. Det vanligste metode designet for undersøkelser av relasjoner innenfor det psykologiske fagfeltet er samvariasjonsstudier. Både samvariasjon og fravær av samvariasjon mellom to variabler er av stor interesse i henhold til dette metodiske designet. Samvariasjon behøver ikke å innebære kausalitet. Samvariasjon kan til tider være vanskelig å tolke, det blir utfordrende å si noe om hvilken av de to variablene en undersøker som påvirker hvem i hvilken rekkefølge (Svartdal, 2009). Fagfeltet referer til tre typer kausalitet ved samvariasjons studier: ingen samvariasjon, variablene samsvarer uten at de påvirker hverandre og en kausal relasjon (Svartdal, 2009).

6.3 Hypotesetesting

Å gå inn på et ukjent område i håp om å besvare ubesvarte spørsmål er noe som ofte inngår i vitenskapelige undersøkelser, og kalles for hypoteser. Hypotesene viser til noe som er antatt og foreløpig. Forskerne har en antakelse om sammenhenger mellom fenomener, der de videre ønsker å etterprøve hypotesen empirisk. Det oppstår på forhånd en forventning om hvilke funn undersøkelsen vil generere. Studien vil ofte bestå av å avkrefte eller bekrefte den bestemte hypotesen, eventuelt finne relevante årsaksforklaringer. Hypotesetesting er relevant

for utvikling av allerede eksisterende teorier, der hypotesene fører til støtte til eksisterende teorigrunnlag (Johannessen et al., 2010). På samme tid vil dermed også hypotesetesting bidra med å utfordre eksisterende teorier.

6.4 Utvalg

Utvalg kan kategoriseres som deltakerne som deltar i undersøkelsene. Enhetene en undersøger skal utgjøre en miniatyrverden, der målet er at sammensetningen av ulike egenskaper i utvalget skal tilsvare sammensetningen i populasjonen. Dette kalles for et representativt utvalg, et utvalg som kan representere samtlige enheter (Johannessen et al., 2010).

Det finnes fremgangsmåter som øker sannsynligheten for at forskerne oppnår et representativt utvalg, og som gjør det mulig å beregne sannsynligheten for at resultatene fra utvalget er i nærheten av resultatet i populasjonen. Disse utvalgene kalles for sannsynlighetsutvalg, der det blir avgjørende at utvalget er valgt ut tilfeldig. Sannsynlighetsutvelgelse øker sannsynligheten for et representativt utvalg, og gjør det mulig å benytte statistisk teori for å gjøre statistiske generaliseringer. Det finnes flere former for denne typen utvelgelsesstrategi. Blant annet *Enkel tilfeldig trekning/systematisk utvelgelse*, *Stratifisert utvelgelse* og *Klyngeutvelgelse*.

Enkel tilfeldig trekning foregår ved at enheten som deltar i undersøkelsen er blitt trukket ut tilfeldig fra hele populasjonen, hvor alle enhetene har hatt like stor sannsynlighet for å ha blitt trukket ut. *Stratifisert utvelgelse* foregår ved at enhetene ordnes i strata ut fra bestemte egenskaper, der det videre fra hvert strata trekkes et bestemt antall enheter til utvalget. Dette utføres ved enkel eller systematisk utvelgelse. *Klyngeutvelgelse* utføres ved at enheten grupperes i klynger, der det videre trekkes ut et visst antall klynger. Utvalget kan bestå av alle enheter i disse klyngene, eller at det oppstår utvelgelse innenfor de uttrukne klyngene. På hvert trinn i utvelgelsesprosessen tar en i bruk tilfeldig eller systematisk utvelgelse, eventuelt med stratifisering (Johannessen et al., 2010).

6.5 Validitet

Data opptrer ikke som selve virkeligheten, men som en representasjon fra den. Validitet sier noe om i hvilken grad data representerer «virkeligheten» omkring fenomenet en studerer, og opptrer som svært viktig i empirisk forskning (Lund, 1997, 2005). Data må inneholde et tilfredsstillende nivå av sikkerhet for å kunne kategoriseres som valide funn (Johannessen et al., 2010; Lund, 1997, 2005). Validitet må ikke oppfattes som noe absolutt, men mer som et kvalitetskrav som kan være bortimot oppfylt (Lund, 1997). Det kan sies at validitet dreier seg

om hvor troverdige eller relevante dataene er, og opptrer også som et relevant spørsmål ved generalisering (Johannessen et al., 2010).

Flere faktorer kan påvirke studiens validitet. Faktorene kan refereres til som trusler mot studiens oppnåelse av god validitet (Shadish, Cook, & Campbell, 2002). Det finnes forskjellige former for validitet (Shadish et al., 2002).

I flere av oppgavens utvalgte studier finner en flere undersøkelser med forskingsproblem, formulert som en hypotese. Et eksempel på hypotese kan være: *Barns emosjonelle selvregulering avhenger av trygg tilknytningsstil til omsorgspersoner*. Forskerne opptrer da med et kausalt forskningsproblem. I disse tilfellene blir *indre validitet* et betydningsfullt kvalitetskrav. Begrepene Emosjonell selvregulering og trygg tilknytningsstil blir begreper som må operasjonaliseres, noe som gjør at *begrepsvaliditet* aktualiseres. Problemstillingen gjelder omsorgspersoner generelt i samfunnet, og dermed blir *ytre validitet* også relevant. Den kausale effekten forskerne er ute etter i undersøkelsen bør dermed kunne *generaliseres* til den aktuelle persongruppen, og dermed får *statistisk validitet* også en sentral rolle som validitets type. Dette eksempelet gir et uttrykk for at forskningsproblemet innebærer både indre, ytre og begrepsvaliditets som en må ta hensyn til vedrørende en undersøkelse (Lund, 1997).

Statistisk validitet er et spørsmål som omhandler generalisering fra utvalget til populasjon. En må spørre seg om utvalget i studien er representativt for populasjonen? Trusler mot studiens statistiske validitet, kan for eksempel være bortfall i utvalget. Opptrer undersøkelsen med 60 % av bruttoutvalget i nettoutvalget, vil dette oppleves som trussel i forhold til studiens statistiske validitet (Johannessen et al., 2010). Trusler mot statistisk validitet kan øke sannsynligheten for Type I- feil og Type II- feil ved signifikanstesting. Dette innebærer henholdsvis forkasting av en sann nullhypotese eller aksept av en gal nullhypotese. Type I-feil innebærer å forkaste nullhypotesen når den er sann. Type II-feil innebærer det motsatte, nemlig å beholde nullhypotesen når den er gal. I samfunnsvitenskap aksepterer man 5 % sannsynlighet for å forkaste H_0 som er korrekt. Er p-verdien større enn 0,05 beholdes nullhypotesen, men forkastes ved en p-verdi lik eller mindre enn 0,005. Når en forkaster en nullhypotese kan en aldri utelukke at en begår en type 1-feil. Om p-verdien for eksempel er 0,042, avises H_0 , det er dermed 4,2 % sjans for at en forkaster en riktig H_0 . denne type feil kan reduseres ved å bytte ut 5 % signifikansnivå, med 1 % signifikansnivå (Johannessen et al., 2010; Lund, 1997).

Det finnes et avhengighets forhold mellom type I- og type II -feil. Om type I- feil reduseres, øker sjansen for type II-feil. Når signifikansnivået senkes fra 5 % til 1 % øker en sannsynligheten for type II-feil, noe som innebærer at en ukorrekt nullhypotese beholdes. Balanseringen mellom disse feiltypene er ingen lett sak, og det er ingen løsning på dette dilemmaet. I praksis innebærer dette at en må velge et signifikansnivå som gir en god balanse mellom de to feil typene (Johannessen et al., 2010).

Ytre validitet handler om i hvilken grad resultatene fra en undersøkelse kan overføres i rom og tid. En må undersøke nærmere om resultatene fra studien gjelder for kun menneskene i det landet undersøkelsen blir utført i, eller om resultatene er overførbare til andre deler av befolkningen rundt om i verden. Den beste formen for å kontrollere for ytre validitet er å utføre samme undersøkelse i forskjellige kontekster, på forskjellige tidspunkt og eventuelt sammenlikne resultatene fra de tilsvarende undersøkelsene (Johannessen et al., 2010). Lund (1997) viser til at en undersøkelse først oppnår en form for ytre validitet i den grad det muliggjør å foreta ikke-statistiske generaliseringer *til* eller *over* relevante personer, situasjoner og tider. Trusler mot ytre validitet er de forhold som kan vanskeliggjøre slike slutninger. Undersøkelsens ytre validitet vil øke jo større likhet det er mellom undersøkelsen og «målet» for generaliseringen (Lund, 1997).

Trusler som personhomogenitet, ikke-representative personutvalg og interaksjon mellom uavhengig variabel og personer, situasjoner og tider kan svekke studiers ytre validitet. Når en kausal effekt/relasjon varierer over persontyper, situasjonstyper og tider har stor variasjon, begrenser dette studiens generalisering. Personhomogenitet innebærer at utvalget i undersøkelsen er en relativt ensartet gruppe, dette kan medføre at de kausale resultatene ikke lar seg generalisere til andre persontyper. Et ikke-representativt utvalg impliserer at generalisering til en fast bestemt populasjon opptrer som noe usikkert fordi forsøkspersonene ikke kan kategoriseres som representative for populasjonen. Forskerne kan gradere seg mot denne trusselen ved blant annet trekke et tilfeldig utvalg fra populasjonen. Dette vil bidra til styrket ytre validitet. Ytre validitet kan også styrkes gjennom å anvende teori og resultater fra annen forskning (Lund, 1997).

Indre validitet viser til om resultatene fra studien oppfattes som riktige (Jacobsen, 2005). Den indre validiteten referer til slutningen om årsaksforholdet mellom den avhengige variabelen og den uavhengige variabelen. For å oppnå tilfredsstillende indre validitet er det tre kriterier som må være oppfylte. 1) den uavhengige variabelen må ha vist seg å komme før den

avhengige variabelen i tid, 2) det må være en korrelasjon mellom den uavhengige og den avhengige variabelen, 3) det må vises til at det ikke eksisterer andre forklaringer for korrelasjonen mellom de to variablene (Shadish et al., 2002). I fagfeltet opereres det med 9 forskjellige typer trusler mot studiers indre validitet (Shadish et al., 2002). Oversatt fra engelsk til norsk, kan en si at disse ni truslene kan oppsummeres til å være: retningsproblem, historie, modning, testing, instrumentering, seleksjon, frafall, statistisk regresjon/regresjon mot gjennomsnittet og atypisk kontrollgruppeatferd (Lund, 1997).

Begrepsvaliditet omhandler relasjonen mellom det generelle fenomenet en studerer og de konkrete dataene. Begrepsvaliditet kan sees på som et målingsfenomen, der det handler om i hvilken grad det er samsvar mellom fenomenet som studeres og målingen som utføres. Begrepsvaliditet dreier seg dermed om interaksjonen mellom fenomenet forskerne undersøker og de konkrete data. Med andre ord innebærer det at det er samsvar mellom det definerte begrep og målinga som utføres. Begrepsvaliditet kan si noe om forskerne måler de begrepene de faktisk ønsker å måle. Det handler om kvaliteten på måleinstrumentet til forskerne (Johannessen et al., 2010). En variabel har begrepsvaliditet i den grad den måler det relevante begrepet, og ikke irrelevante begreper. Dette betyr i praksis at variabelen bør korrelere høyt med andre variabler som måler det samme begrepet, og på samme tid bør variabelen korrelere lavt med andre variabler som måler andre begreper (Lund, 1997).

Begrepsvaliditet og reliabilitet kan testes når en bruker spørreskjema ved blant annet å utføre en Conbach`s alpha test (indre konsistens), test -retest, split -half eller inter -rater reliabilitet test (Pallant, 2001).

Cronbachs a brukes som et mål for reliabilitet og blir også kalt for reliabilitetsanalyse. Den baserer seg på intern konsistens av spørsmålene i spørreskjemaet og viser sammenheng mellom variabler. For å måle om de ulike måtene vi spør på måler det samme, måler vi Cronbachs a. Tanken bak er at spør man samme spørsmål så svarer enhetene det samme.

Test - retest brukes til å finne korrelasjon mellom to målinger av samme test på to forskjellige tidspunkt (Pallant, 2001). Forskerne kan bruke samme undersøkelse på samme gruppe informanter senere i tid, for å se om de fikk samme resultat som første gang. Split-half utføres ved å dele testen i to like deler, for så å administrere testen en gang til for å se etter korrelasjoner mellom de to splittende delene (Pallant, 2010). Inter-rater reliabilitet test utføres ved at flere forskere utforsker samme fenomen. Kommer flere forskere frem til samme resultat, betegnes dette som god reliabilitet (Johannessen m.fl.2010).

6.6 Signifikanstesting

I de utvalgte artiklene utføres det en analyse av dataene som er innsamlet i studiene. Det er da nødvendig å utføre signifikanstest for å oppdage forskjeller i gjennomsnitt, for å få innsikt i om det er forskjeller mellom gruppene, og om disse forskjellene er tilfeldige eller ikke.

P-verdien i en signifikanstest sier noe om hvor stor sjanse det er for at forskeren tar feil om de opprettholder hypotesen om at det er en forskjell mellom gruppene. På bakgrunn av dette er det ønskelig med lavest mulig p-verdi. Det sentrale ved hypotesetesting er om resultatet er statistisk signifikant eller ikke. Det vil si om forskjeller mellom utvalg kan generaliseres til forskjeller i populasjonen eller ikke. I samfunnsforskning er det vanlig med et signifikansnivå på 5 %, som betyr at man aksepterer at det er 5 % sannsynlighet for at man forkaster nullhypotesen når den er korrekt. En p-verdi på mindre enn 0,05 betyr at forskeren har mindre enn 5 % sjanse for at resultatene i studien er tilfeldige. Ved for eksempel et resultat på $p < 0.01$, betyr det at forskeren har mindre enn 1 % sjanse for at resultatet i studien er tilfeldig (Johannessen et al., 2010).

T-tester er utført når det skal gjøres rede for om det er statistisk signifikant forskjell mellom flere forskjellige grupper. Kort fortalt kan en si at T-tester blir tatt i bruk når forskerne har to grupper, eller to sett av data, der en skal sammenlikne gjennomsnittet på de kontinuerlige variablene (Pallant, 2010).

I alle artiklene i denne oppgaven blir det utført variasjonsanalyser. Variasjonsanalysen ANOVA utføres i de aller fleste dataanalysene. Variasjonsanalyse håndterer sammenlikninger mellom flere uavhengige og en avhengig variabel samtidig. Analysen vil hjelpe forskeren å teste forskjeller mellom flere gjennomsnitt samtidig. Variasjonsanalyse krever variabler som er normalfordelt og har variablene på intervall nivå (Pallant, 2010). Variablenes målenivå er avgjørende for hvilke statistiske analyser det er meningsfylt å gjennomføre. Det at variasjonsanalyse krever variabler på intervall nivå innebærer at verdiene kan klassifiseres og rangeres. I tillegg kjennetegnes intervall nivået med at det skal være like intervaller mellom verdiene (Johannessen m.fl.2010).

Multipel regresjonsanalyse er også en analyse som blir tatt i bruk i analyseprosessen i artiklene. Denne form for analyse utføres på bakgrunn av at forskerne ikke kan summere sammen korrelasjonskoeffisienter, og trenger dermed å ta i bruk en multipel

regresjonsanalyse. Multippel regresjonsanalyse gir informasjon omkring samvariasjon mellom flere variabler samtidig. Denne regresjonsanalysen beregner korrelasjonen mellom den avhengige variabelen og de uavhengige variablene, med hensyn til den felles forklarte varians som oppstår mellom variablene (Pallant, 2010).

6.7 Kriterier for studieutvelgelse

- Artiklene skal være *peer review artikler*, noe som innebærer at artikkelen er blitt fagfellevurdert. Å være fagfellevurdert betyr at artiklene er blitt evaluert og vurdert av kvalifiserte fagpersoner innenfor artikkelens fagområde.
- Kriteriet som omhandler tidsperspektivet avgrensner omfanget av artikler i form av at artiklene skal være publisert de siste ti årene. Artiklene skal dermed være *publisert i tidsrommet 2002 til 2012*.
- Utvalget i studiene må inneholde barn i førskolealder, *barn i alderen null til seks år*.

7.0 Resultater

Etter søkene presentert i Tabell 5(s. 35-36) og en nøyaktig ekskluderingsprosess gjensto 38 artikler som høyst aktuelle for akkurat denne masteroppgaven. Av de 38 artiklene ble ni stykker eliminert på bakgrunn av kriteriet som omhandlet tid, nemlig at de skulle være publisert i tidsrommet 2002 til 2012. Etter nøye gjennomgang av de 29 artiklene som gjensto, kunne 18 stykker elimineres på bakgrunn av at de ikke gav relevante funn i sin studie i forhold til oppgavens problemstilling som omhandler *relasjoners betydning for utviklingen av emosjonell selvregulering*. Ut i fra disse treffene og nøye gjennomgang tar oppgaven utgangspunkt i 9 artikler som viser seg å være av stor interesse for denne masteroppgavens problemstilling.

7.1 Relevante artikler

Som et resultat av søkene i databasene ble de ni følgende artiklene kategorisert som relevante i henhold til denne oppgavens tematikk. Alle disse artiklene oppfylder kriteriene som omhandler at de skal være peer- review artikler, være publisert i tidsrommet 2002-2012 og omhandler barn i alderen null til seks år. 6 av disse artiklene er studier av longitudinelt design,

2 med eksperimentelt design og 1 samvariasjonsstudie. Flere av de utvalgte artiklene er omfattende. På bakgrunn av dette vil funn som er relevant for oppgavens tematikk presentert. Se tabell nr. 1 i vedlegg. For en skjematisk fremstilling av artiklene blir herved de 2 eksperimentelle studiene presentert før de 6 longitudinelle, og til slutt 1 samvariasjonsstudie.

1. Moore (2009) er forskeren bak studiet som ser nærmere på hvilke reaktivitet (RSA- Vagal regulering) som igangsettes når barn og mødre blir utsatt for emosjonsuttrykket sinne. Studien tar i bruk et eksperimentelt design, der de tester utvalgte hypoteser. Moore operer med fire hypoteser, som støtter seg til nåværende teorigrunnlag omkring studiens tematikk. Utvalget bestod av 48 mor-barn dyader, når barnet var seks måneder gammelt. Både mor og barn deltok i SFP (still-face Paradigm) og EE (exspermental emotion exposure test) undersøkelsene. Tre kvinnelige forskere ble opplært av Moore til å utføre EE test (exspermental emotion exposure test), her ble barnas reksjoner på å bli utsatt for emosjoner som sinne og spenning. RSA(vagal regulering) ble målt under disse testene ved hjelp av elektroder festet til både barnets og mors bryst. Registreringen fra elektrodene ble direkte overført til en datamaskin, der datene ble redigert og analysert ved hjelp av programmet MXEdit Software. Både mor og barn ble vurdert ut i fra SFP testen, men kun barnet ble vurdert ut ifra EE testen. Frekvensen ble videotapet, for senere atferds koding, utført av kvalifiserte kodere. Forelderkonflikt ble målt ved hjelp av at mødrene i testen utfylte et spørreskjema som bestod av 23 spørsmål. En konfliktskala på fem variabler ble brukt ($\alpha = .76$). Scoringsrangeringen gikk fra 0 til 45, der det i denne sammenheng ble scoret fra 5 til 34 ($M = 15.75$, $SD = 6.89$), som indikerer mild til moderat forekomst av konflikter mellom foreldrene til barna i undersøkelsen.

Resultatene fra denne studien viser til de barna som ble utsatt for sinne viste en mindre funksjonell regulerings evne under SPF testen, sammenliknet med barn som ble utsatt for andre emosjonelle uttrykk. Samtidig viser resultatene til at også mødre som ble utsatt for sinne viste en mindre funksjonell reguleringsform sammenliknet med andre mødre både under frekvensen som inneholdt EE og i alle episodene under SPF testen. Moore konkluderer ved hjelp av resultatene i denne studien med at barn som i økt grad blir utsatt for sinne, kan øke sjansen for å bli hyper- sensitiv for stressende elementer, og økt fysiologisk aktivering. Moore påpeker videre at familie-miljø som preges av et negativt emosjonelt klima, med høy frekvens av sinne og foreldrekonflikter, kan føre til mødre bruker for mye energi på sin egen emosjonelle selvregulering. Konsekvensene av dette medfører at mødrene ikke evner å hjelpe barnet med å utvikle velutviklet emosjonell selvregulering (Moore, 2009).

2. Dennis (2006) er forskeren bak studien som omhandler førskolebarns evne til emosjonell selvregulering. Dennis undersøker samspillet mellom barnas reaktive tilnærming (temperament), foreldreomsorg og barnets interne regulerings kapasitet. Dette studiet er et av de første som undersøker hvordan omsorgspersoners foreldreomsorgs stil passer sammen med barnets temperament stil, og hvordan denne "fit" videre påvirker barnets emosjonelle selvregulering. Denne studien har et kvasi- eksperimentelt design. 113 barn(58 gutter og 55 jenter) i både tre års- og fire års alderen deltok i studien, sammen med sine mødre. Deltakerne ble rekruttert gjennom annonsering og flygeblad i lokalaviser, i barnehager(day care) og førskoler(preschool) i en liten sentral by i Pennsylvania. Mor og barn var utsatt for testen i ca 90 minutter i et laboratorium, der de befant seg i et rom som var tilpasset små barn. For å måle barnets temperament og barnets regulerings evner utfylte mødrene et spørreskjema(CBQ- Child Behavior Questionnaire), som besto av 193 spørsmål der mødrene scoret barna ut i fra en skala på en til sju. CBQ er et etablert spørreskjema, med veletablert intern konsistens, validitet og test- retest reliabilitet. Parenting ble vurdert ut i fra to tester, Fri lek(Free play. FP) og en prøvelse som omhandlet venting (Waiting task. WT). FP ble utført ved at mor og barnet ble tildelt leketøy, som de ble oppfordret til å leke sammen med, etter at de hadde vært adskilt i ca 25 minutter. WT ble mor tildelt en penn og papir for å fullføre en oppgave og barnet ble tildelt et ødelagt leketøy. Det ble samtidig satt frem en attraktiv innpakket gave på bordet. Mor ble instruert til å fortelle barnet at gaven var til barnet, men det måtte vente med å åpne den til hun hadde blitt ferdig med sitt arbeid. Mor kunne når som helst gjennom denne testen samhandle med barnet. Denne testen ble avsluttet ved at barnet fikk åpne gaven. WT har som hensikt å fremprovosere barnets frustrasjon og tillater forskerne å få observert mødrenes parenting. Observasjonen ble atferdskodet gjennom kodingsordning utviklet av forfatteren selv, som baserer seg på tidligere litteratur om foreldres parenting og tilnærming. To opplærte kodere kodet mors parenting, der de hadde en gjennomsnittlig enighet på 86 % og en Cohen`s (kappa) koeffesient på .82. Dette indikerer utmerket enighet mellom koderne.

Barnas selvregulerings evner ble vurdert ut i fra medgjørlighet/føyelighet, frustrasjon og utholdenhet. Frustrasjon og utholdenhet ble vurdert gjennom to tester. IPC(The impossibly perfect circles task), som gikk ut på at barnet skulle tegne en sirkel, der barnet gjentatte ganger ble kritisert for å ikke utføre tegningen godt nok. "Feilene" ble påpekt, uten at barnet

fikk informasjon om hva det kunne gjøre annerledes. Testen varte i 3,5 minutter, og ble avsluttet ved at barnet fikk godkjent tegningen, og fikk utdelt en diplom.

Den andre testen som ble utført var TB (The transparent box task). TB har som hensikt å få vurdert barnets frustrasjon, sinne og utholdenhet. Et attraktivt leketøy var låst inne i en gjennomsiktig boks. Barnet fikk utlevert et nøkkelknippe (som ikke passet til denne boksen). Og ble overlatt til seg selv i tre minutter for å jobbe med å åpne boksen. Etter de tre minuttene kom eksperimentator tilbake, og forklarte barnet at det hadde fått feil nøkler. Barnet fikk deretter den rette nøkkel, boksen ble åpnet av barnet. Barnet ble oppmuntret til å leke i ett minutt med leken som befant seg i boksen. Barnets utholdenhet og frustrasjon ble begge kodet i en firepoeng skala av opplærte kodere. Koderne hadde her en gjennomsnittlig enighet på 95 % og en Cohen`s (kappa) koffesient på .89. Dette indikerer også her en utmerket enighet mellom koderne. SSRS (Maternal report of child compliance) ble brukt som måleinstrument for å vurdere barnets sosiale kompetanse og problem atferd. Mødre selvrappporterer ved hjelp av 10 ja – nei spørsmål, der de scoret på en skala som gikk fra null til tre (0= aldri, 1=av og til og 3=ofte). SSRS er et velutviklet spørreskjema med solid validitet.

Resultatene til Dennis fra denne studien viser til at barn som i WT ble utsatt for mødre som unngikk dem under ventetiden, opptrådte med større frustrasjon og redusert tolmodighet, mens når mødre hadde en varm/omsorgsfull tilnærming under FP ble barnets egenskaper assosiert med bedre medgjørlighet/føyelighet.

Kompetente barn trekker til seg mer varme/omsorg fra sine omsorgspersoner, som fører til økt og styrket kompetanse. Det blir dermed viktig å arbeide hardere inn mot relasjonen til barna som ikke har samme kompetanse, og kan utfordre kvaliteten på relasjonen mellom seg og omsorgspersonene.

Det blir i denne sammenheng viktig å påpeke at det er den voksne som står ansvarlig for kvaliteten på relasjonen mellom seg og barnet. Selv om det ikke er i en goodness-of-fit i relasjonen mellom omsorgspersonen og barnet.

3. Propper, Mills-Koonce, Halpern, Hill-Sonderlund, Carbone, Moore, Calkins og Cox (2008) er forskerne som undersøker som ser nærmere på interaksjonen mellom dopamin (gen DRD2 og gen DRD4, gen som er relatert til impulsivitet og dysfunksjonell regulering av impulser) og mors sensitivitet, og hvordan denne interaksjonen får betydning for blant annet

barnets regulering evne. Deltakerne i denne studien ble trukket ut fra den longitudinelle studien The Durham Child Health and Development Study (DCHDS), som inneholder 206 friske barn fra urbane kommuner i Amerika, i alderen tre måneder til tre år. Ut i fra dette ble det 173 barn -mor relasjoner deltakende i denne studien. Undersøkelsene fant sted når barnet var tre måneder, seks måneder og 12 måneder, der det ble utført tester som var tilpasset å fange opp barnets respons på separasjon fra mor. Alle testene ble filmet og i ettertid kodet. Når barnet var tre måneder(og sek måneder) deltok mor og barn i still- face prosedyren(SFP). Der barnets reaksjoner på mors «sten-ansikt» og adskillelse ble observert. Ved seks måneders alderen ble barn og mor relasjonen utsatt for samme prosedyre, men også en fri-lek situasjon ble observert. Observasjonen ble senere kodet av opplærte uavhengige personer som ikke var kjent med studiens hypotese på forhånd av studien, og hadde en korrelasjons koeffisienter på .80 eller høyere. Når barnet var 12 måneder utsattes mor-barn relasjonen for det som kalles for strange situasjon prosedyre(SSP). Hensikten var fra forskernes side å få informasjon omkring barnets reaksjon på adskillelse fra mor, gjensyn og hvordan barnet håndterer stress elementet av tilstedeværelsen av en fremmed person under adskillelsesfrekvensen fra mor. På forhånd av hver undersøkelse festet forskerne elektroder(IBE) til barnets bryst for å måle hjerterytme under testene. For å innhente DNA, ble det tatt en celleprøve i barnets kinn ved hjelp av en q-tips. Cellene ble sendt til North Carolina State University for analyse. Der ingen på forhånd visste om undersøkelsens hypotese og formål. 46 % av DNA prøvene viste seg å være i risiko i henhold til genotypen DRD2 og 36 % i henhold til genotypen DRD4.

African-american (AA) spebarn hadde større sannsynlighet for å ha risiko i forhold til genotypen DRD2 enn European-american (EA). Mors sensitivitet var signifikant høyere i EA familier og familier med høyere inntekt. Ingen signifikante forskjeller i DRD4 på bakgrunn av etnisitet. Mest risiko oppstår etter langvarige situasjoner enn fra akutte hendelser. Empiriske funn i denne studien støtter det. Ved 3 og 6 måneder kan spebarna mangle nok eksponering av mors atferd til at det kan ha hatt effekt. Ved 12 måneder derimot, kan den kumulative effekten være mer tydelig. Risiko ser ut til å være relatert til problemer med fysiologisk regulering i stress situasjoner, men kombinert med et positivt miljø, kan risiko i forholdt til denne gen-typen minske over tid. Spedbarn med gen-type DRD2 risiko hadde mødre som var mindre sensitive enn de uten denne gen-type risiko. En strengt genetisk forklaring kan tyde på at spebarn kan ha arvet denne gen-typen fra mødrene og at manglende sensitivitet er forbundet med atferds regulerings vansker assosiert med denne genetiske risikoen. En annen forklaring kan være at mors genotype påvirker hennes egen atferd som

igjen påvirker barnets erfaringer og utvikling. Dette kan gi økt risiko for både genetisk og miljømessig mottakelighet for fysiologisk regulerings vansker.

4. Kim-Spoon, Haskett, Longo & Nice (2012) er forskerne bak studien *Self-regulation, positiv parenting, and adjustment problems among physically abused children*. Studien belyser viktigheten av positiv foreldreomsorg og dens innvirkning på selvregulerende evner når en møter barn som har vært fysisk mishandlet, og som en forlengelse av dette viser til utagerende symptomer. Det ble samlet inn data fra 95 (58% gutter) barn fra økonomisk vanskeligstilte familier. Barna ble utvalgt basert på en underbygget rapport om fysisk mishandling i løpet av året før deltakelse i denne undersøkelsen. Undersøkelsen består av et longitudinelt forskningsdesign. Forskerne samler inn data fra tre forskjellige tidspunkter. Første datainnsamlingsrunde (N = 43) utføres i førskolen og involverer 43 barn, der gjennomsnittsalderen var 4.89 (SD = .39). Andre datainnsamlingsrunde (N = 63) ble utført i barnehage og involverte 63 barn, der gjennomsnittsalderen var 5.82 (SD = .39). Tredje og siste datainnsamlingsrunde (N = 54) involverte 54 barn i 1.klasse. Her ble gjennomsnittsalderen målt til 6.62 (SD = .39).

Målingene ble utført ved å ta i bruk spørreskjemaer, der både barnas primære omsorgspersoner og pedagoger deltok. Opparbeidede og kvalifiserte måleskjema som PPM (Preschool Parenting Measure), BRIEF /BRIEF Preschool (Behavior Rating Inventory of Executive Function) og TRF (The Teacher Report Form) ble tatt i bruk. Omsorgspersonene ble utsatt for et spørreskjema i alle datainnsamlingsrundene. Det ble brukt en fire-poengskala som kalles PPM (Preschool Parenting Measure) for å inkludere: Positive Affect (4 variabler), Responsiveness (4 variabler), Hostility (4 variabler), Structure (5 variabler). Det ble registrert en indre konsistens fra .58(structure) til .77(Hostility). BRIEF (Behavior Rating Inventory of Executive Function) ble også brukt i samarbeidet med omsorgspersonene for å danne et bilde av barnets evne til selvregulering. Ved 1. innsamlingsrunde ble det brukt en tilpasset BRIEF-Preschool, som var tilpasset barn i tre til fem årsalderen. Variablene Inhibit, Shift og Emotion Control ble brukt i en subskala. Alle variablene kunne scores i en tre-poengs skala (1. Aldri, 2. Av og Til, 3. Ofte). BRIEF.Preschool har en indre konsistens fra .87 til .97, og BRIEF fra .88 til .96.

Studiens resultater viser til at positiv foreldreomsorg kan forbedre selvregulerings evne til barn med dysfunksjonell selvregulering som i fortiden har blitt utsatt for fysisk mishandling i fortiden. Fysisk mishandlede barn som er i risiko for å utvikle svake selvregulerende evner,

og viser seg å være mer mottakelige for fordelene med positiv foreldreomsorg, sammenliknet barn som har gode selvregulerings evner. Positiv foreldreomsorg opptrer dermed som en beskyttende faktor for relasjonen mellom lav selvregulering evne og eksternaliserende symptomer blant fysisk mishandlede barn (Kim-Spoon, Haskett, Longo, & Nice, 2012).

Studien konkluderer med at selv om fysisk mishandling av barn fører til utfordringer av barnets utvikling av selvregulering, kan positiv foreldreomsorg forbedre skadene som er oppstått i henhold til barnets selvregulerende evner (Kim-Spoon et al., 2012).

5. Kochanska, Philibert & Barry (2009) undersøker interaksjonen mellom gen5-HTTLPER (Tilknyttet området i hjerne som regulerer humør, oppmerksomhet og psykopatologi) og mor-barn relasjon i utviklingen av selvregulerende evner fra småbarns alder til førskole alder. Undersøkelsen opptrer med longitudinelt design og inneholder til sammen fem datainnsamlinger der det ble utført observasjoner, som i etterkant ble kodet. 89 barn deltok i undersøkelsen, sammen med sine foreldre (Familier uten samlivsbrudd) 1. Innsamlingsrunde (N = 101, 51 Jenter) fant sted når barna var 7 måneder. Artikkelen opplyser ikke om hvordan datainnsamlingen ble utført på dette tidspunktet.. 2. Innsamlingsrunde (N = 101, 51 Jenter) ble utført når barna var 15 måneder. Her ble barnets tilknytningsstil vurdert gjennom den standardiserte strange situation. Ved 3. Innsamlingsrunde (N = 100, 50 Jenter) var barna blitt 25 måneder. Barna blir her utfordret gjennom fem prøver, som skal bidra til vurdering av barnas evne til selvregulering. Barna utfordres i blant annet og kunne vente på tur og kunne ta instruksjer. 4. Innsamlingsrunde fant sted når barnet var 38 måneder (N = 100, 50 Jenter). Som på lik linje med sist foregående forsøket skal barnas reguleringsevne vurderes. Nå blir barna utsatt på ni forskjellige prøver. Ved 5. Innsamlingsrunder utsettes barna for 14 prøver som skal vurdere selvreguleringsevner og en vurdering av gentyper 5-HTTLPER. For å kunne identifisere 5-HTTLPER deltok 89 mødre av barna i undersøkelsen, der forskerne tok i bruk bukkale vattpinner for innhente DNA. Hvert DNA ble videre studert i henhold til funksjonsnivå i forhold til gentyper 5-HTTLPER.

Resultatene av denne studien viser til en korrelasjon mellom gentyper 5-HTTLPER (en genetisk risiko) og kvaliteten på relasjonen mellom barn og foreldre. Barn som hadde svekket 5-HTTLPER og var utrygt tilknyttet sine omsorgspersoner utviklet svake reguleringsevner, men barn som hadde svekket 5-HTTLPER og var trygt tilknyttet sine omsorgspersoner utviklet like gode reguleringsevner som de barna som opptrer med velutviklet 5-HTTLPER.

Disse funnen indikerer at trygg tilknytning opptrer som en beskyttende faktor i nærvær av risiko forbundet med bestemt genotype (5-HTTLPER) (Kochanska, Philibert, & Barry, 2009).

6. Bernier, Wipple & Carlson (2010) studerer potensielle paralleller mellom kvaliteten på relasjonen mellom foreldre og deres spedbarn og barnets utøvende funksjons evner (EF). Utøvende funksjoner som korttidsminnet, impuls kontroll og hvordan barnet takler overganger. Undersøkelsen er av longitudinelt design, og strekker seg over fire datainnsamlings faser. 80 mor og spedbarns dyader ble undersøkt og vurdert i denne undersøkelsen. 44 Jenter og 36 gutter deltok sammen med deres mor. Undersøkelsene ble utført i alderen 12-13 måneder (T1; M = 12.9), 15 måneder (T2; M = 15.5), 18 måneder (T3; M = 18.3) og 26 måneder (T4; M = 26.3). T1, T2 og T4 ble utført i barnets hjem, mens T3 ble utført i laboratorium. Mors sensitivitet, evne til å kunne ta barnets perspektiv og evne til å gi barnet støtte til autonomi ble vurdert i T1 og T2. MBQS er et anerkjent system som ble brukt for å vurdere mors sensitivitet ovenfor barnet. Observasjonen og kodingen ble utført av to personer uavhengig av hverandre, og begge hadde i høy grad kommet frem til samme resultat, Resultatene fra begge korrelerte og hadde intraclass correlation (ICC) = .89. Mors evne til å ta barnets perspektiv ble vurdert gjennom video observasjoner og senere koding gjennom Meins et al.'s (2001) kodesystem. Kodingen ble utført av opplært assistent. Mors støtte til barnets autonomi ble vurdert gjennom observasjoner av en test, der mor og barn måtte løse en utfordring sammen. Grolnick, Frodi og Bridges (1984) vurderingssystem ble tatt i bruk, der det ble mors atferd ble kodet både på en verbal og en nonverbal skala. Alle videotapene ble senere kodet av Carlson, og 38 av de 80(47%) var også uavhengig kodet av en annen observatør. ICC mellom kodene som omhandlet mors evne å støtte opp omkring barnets autonomi viste til en gjensidig enighet med ICC = .86.

Barnets utøvende funksjon ble vurdert i T3 og T4. I T3 ble barnets korttidshukommelse vurdert gjennom tester som gikk ut på å evne kategorisering (inspirert av Carlson at. Al., 2004) og evne til å huske hvor noe hadde blitt gjemt (inspirert av Hughes og Ensor, 2005). I T4 ble barnets korttidshukommelse, impuls kontroll og barnets evne til å takle overganger vurdert. Dette utførtes gjennom fire tester som gikk ut på å kategorisere, beherske forsinket tilfredsstillelse, hukommelse og hvordan barnet forholdt seg til å snu om på etablerte regelsett. Alle forsøkene i T3 og T4 ble videotapet og senere kodet.

For å få en dybde omkring hva som er unikt ved EF, foruten om generell kognitiv fungering tok forskerne i bruk MDI skala (Mental Development Index of the Bayley Scales og Infant

Development)(Bayley, 1993) ved 12 måneders alderen (T1). Dette er en velkjent standardisert test av kognitiv utvikling for barn mellom 1 og 42 måneder. Testen predikerer validitet for senere kognitiv og verbal funksjon. 29 % av protokollene ble dobbelkodet av uavhengige personer. Denne kodingen viser til en sterk reliabilitet, ICC = .85.

Resultatene viser til at både mors sensitivitet, evne til å ta barnets perspektiv og støtte til autonomi kan relateres til barnets utøvende funksjon (EF). Undersøkelsen påviser videre at variabelen autonomistøtte (uavhengig av generelle kognitive evner og mors utdannelse) sterkest predikerer god EF hos barnet i alle aldersfasene. Forskerne støtter seg til sine resultater av denne studien og tidligere forskning og konkludere med at kvaliteten på foreldre-barn relasjonen spiller en viktig rolle i barnets utvikling av selvregulerende evner (Bernier, Carlson, & Whipple, 2010).

7. Kim & Kochanska (2012) undersøker relasjonen mellom små barns negative emosjonalitet og deres gjensidig responsive forhold til begge foreldre i begynnelsen av to års alderen, og barnets selv reguleringssevne. Denne longitudinelle studien består av tre vurderinger på tre forskjellige tidspunkt. Alle vurderingene ble filmet, og senere kodet. Utvalget består av familier uten samlivsbrudd, med normalt utviklede barn. Første av de tre vurderingen ble utført i barnets hjem når barnet var 7 måneder (n = 102, 51 jenter), da ble barnets negative emosjonalitet vurdert. Andre vurdering ble utført når barnet var 15 måneder (n = 101, 51 jenter) og fant sted i laboratorium, her ble MRO(i hvilken grad foreldre og barnet gir gjensidig respons til hverandre) vurdert. Ved tredje vurdering var barna 25 måneder (n = 100, 50 jenter) og barnets selvregulerings evner ble vurdert. Dette forsøket ble også utført i laboratorium. Alle de tre forsøkene varte mellom to til tre timer på to forskjellige dager, med hver av foreldrene. Alle forsøkene som ble filmet ble senere kodet av flere personer. Dataene ble samlet på tvers av forsøk, episoder og kontekst, for å sikre robuste konstruksjoner.

I n = 102 ble barna blant annet utsatt for tre forsøk som utfordret barnets humør. Observasjonen skulle fange opp barnets emosjonelle uttrykksform. Uttrykksformene ble i etterkant kodet etter ansikts-, kroppslige- og vokale negative ytringer. Cronbach`s alpha for de tre forsøkene i denne frekvensen var .75, .69 og .79. Disse tre scorene ble videre sammenlagte og slått sammen til én samlet draging mot sinne i sju måneders alderen (M = 0.00, SD =0.42, range = -0.84-1.32).

Videre ble barna observert sammen med begge foreldrene (individuelt fra hverandre) i manipulerte situasjoner, men som inneholdt naturlige og dagligdagse handlinger som for eksempel lage til lunsj, spise, rydde og leke. Her ble også barna kodet hvert 30ende sekund i alle kontekstene. Barnets negative uttrykksformer ble observert og notert. Den gjennomsnittlige scoren fra disse kodingene var .81. Videre ble dataene analysert inn i to kategorier i forhold til barnets emosjonelt negative uttrykk med hver av foreldrene. Med mor viste analysene $M = 0.38$, $SD = 0.34$, range = 0.00-1.63. Sammen med far viser analysene til $M = 0.40$, $SD = 0.41$, range = 0.00-2.85. Barnets dragning mot sinne korrelerte med negative emosjonelle uttrykk sammen med mor ($r(102) = .19$, $p < .06$) og sammen med far ($r(102) = .41$, $p < .001$). Negative emosjonelle uttrykk korrelerte på tvers av begge foreldrene ($r(102) = .20$, $p < .05$).

$n = 101$ ble den gjensidige responsen i relasjonen mellom barnet og foreldrene vurdert (MRO). Både far-barn relasjonen og mor – barn relasjonen ble observert i ca 45 minutter i for så vidt naturlige kontekster i laboratorie. Kodingen gjennom MRO viste til en reliabilitet på .76. For å kategorisere observasjonen inn i variabler ble relasjonsmønstrene omgjort til variabler, for videre koding. For mor og barn dyaden var gjennomsnittscoren 3.23 ($SD = 1.25$, range = 1-5), og far og barn dyaden var gjennomsnittscoren 3.34 ($SD = 0.99$, range = 1-5). Dette viser at det ikke er signifikante forskjeller mellom mor og far i dyaden inn til barnet, $t(100) < 1$. Resultatene viser allikevel til forskjeller mellom mor og datter og mor og sønn, men ingen kjønnsforskjeller i far og barn dyadene.

$n = 100$ ble barnas selvreguleringsevne vurdert. Det ble utført to forskjellige forsøk. Det første undersøkelsen som inneholder fem prøver. Prøvene har som hensikt å få tak i barnets til å undertrykke en dominerende respons og utføre en subdominant respons i stede. Alle prøvene ble observert og kodet. Reliabiliteten for atferdskodingen som ble utført rangeres fra .77 til 2.00. All kodingen ble videre standardisert, for å komme frem til et gjennomsnitt av effortful controll blant barna som deltok ($M = -0.01$, $SD = 0.66$, range = -1.90-1.36). Resultatene viser også til at jenter hadde en høyere effortful control score sammenliknet med guttene ($M = 0.13$, $SD = 0.66$; $m = -0.14$, $SD = 0.65$), $t(98) = p < .05$. I det andre forsøket i $n = 100$ var intensjonen å se på barnets selvreguleringsevne i relasjon til foreldrenes ønsker og forbud. Frekvensene ble observert og kodet. Reliabilitet vedrørende kodingen viser til en score fra .80 til .88. Dataanalysene etter disse prøvene viser at gjennomsnittscoren til selvregulering var høyere blant jenter i relasjonen til mor, sammenliknet med gutter ($p < .05$) og i relasjonen til far ($p < .0001$).

Resultatene etter denne undersøkelsen viser til at negativ emosjonalitet moderer effekten på mor og barn relasjonen, men ikke far-barn. Små barn som scorer høyt på negativ emosjonalitet, hadde svake reguleringsevner når de var i en svak MRO-relasjon, men mer selvregulerende evner når de var i en relasjon med høy respons. For barn som ikke var scoret høyt på negativitet var det ingen sammenheng mellom selvreguleringssevnene og MRO (Kim & Kochanska, 2012). Disse funnene innebærer at barn som er emosjonelt negative har sterkt behov for en responsiv relasjon til sine omsorgspersoner for god utviklingen av selvregulerings evner på sikt. Studien indikerer også at en god relasjon (miljø) kan ha større påvirkning på barnets selvregulerende evner, enn individ faktorer som temperament og høy score på negative emosjonelle uttrykk(biologi/genetikk).

8. Raikes, Robinson, Bradley, Raikes og Ayoub (2007) har studert utviklingsforløp av selvregulering blant småbarn fra familier med lav økonomisk status i USA. Studien har som hensikt å se på utviklingsforløpet av selvreguleringssevner hos småbarn over tid. Deltakerne i denne studien er 2441 barn (50,5 % gutter) og deres mødre. Deltakerne er en del av et større forskningsprosjekt i USA(Early Head Start Research and Evaluation Project). Denne longitudinelle studien utførte innsamling av data på tre forskjellige tidspunkter. Når barnet var 12, 24 og 36 måneder. En forskerassistent besøkte barnas hjem, og utførte testene. Barna ble utsatt for tester som utfordret barnas kognitive evner, oppmerksomhet, tålmodighet, frustrasjon og samarbeids evner. Barna ble videre vurdert ut i fra BSID (Bayley`s (1993) scales of infant development-II, mental development index). For å få et bilde av barnets evne til selvregulering ble barnets atferd fordelt på 13 variabler. Etter nøye justeringer viser utregningen til en Cronbach`s alpha på .98.

Videre i forsøket ble mor og barn filmet, der mor ble instruert til å leke sammen med barnet, der de skulle ta i bruk tre forskjellige bager, med leketøy. Mødrene ble oppfordret til å leke på samme måte som de vanligvis ville gjort om forskerassistenten ikke var tilstede. Testen var en standardisert mor-barn interaksjons test og kalles for The Three Box Test. Sekvensen ble videofilmet. Barnets negativitet overfor mor i testsituasjonen(i hvilken grad barnet viser sinne og fiendtlighet) ble scoret ut i fra en skala på en til sju. Korrelasjonen for gjennomsnittet på alle scorene på barns negativitet i 14års alderen var.77, 24 måneder var.74 og ved 36 måneders alderen.44. Den dyadiske gjensidigheten, og gjensidig glede i relasjonen mellom mor og barn ble vurdert ut i fra videotapene fra testene i 14 og 24 måneders alderen, der mor

og barn leker sammen i den manipulerte konteksten. Skalaen som ble tatt i bruk skal måle i hvilken grad relasjonen mellom mor og barn er synkronisert, følelsen av komfort og gjensidig glede. Her rangeres det også på en skal fra en til sju. Analysene viser til en korrelasjon på den utvalgte variabelen på .70 ved 14 måneder og .73 ved 24 Måneder. Analyse av dataene ble analysert ved hjelp av den anerkjente Hierarchical linear modeling (HLM). Ved hjelp av denne analyse prosessen ble barnets negativitet, kjønn og mor-barn dyaden koblet opp barnets utviklingsperspektiv i henhold til selvregulerende evner.

Resultatene fra studien viser til Gutter med høy negativitet (uavhengig av variabelen som omhandlet kvaliteten på relasjonen mellom mor-barn) ved 14 og 24 måneders alderen, har lavere reguleringsevner når de er 36 måneder, sammenliknet med jenter med lav negativitet. Samtidig viser resultatene til at høyere kvalitet på mor-barn interaksjonen ved 14 og 24 måneders alderen var assosieres med bedre selvreguleringssevne når barnet var 36 måneder (Raikes, Robinson, Bradley, Raikes, & Ayoub, 2007). Dette indikerer i praksis til at høy negativitet hos barnet(individfaktor) opptrer som risikofaktor for barnets utvikling av selvregulering og at en god mor-barn relasjon opptrer som en utviklingsfremmende faktor i barnets utviklingsperspektiv i forhold til gode selvregulerende evner.

9. McCoy & Raver (2011) er forskerne bak studien *Caregiver Emotional Expressiveness, Child Emotion Regulation, and Child Behavior Problems among Head Start Families*.

Studien har et formål om å undersøke viktigheten av familiers emosjonelle klima for barns utvikling av emosjonell selvregulering i førskolealder. Dette er en samvariasjons studie, og er en del av en større longitudinell studie, en stor klasseroms basert intervensjon, som omhandler barns sosioemosjonelle evner og hvor klart barnet er for skolen, prosjektet kalles for: *Chicago School Readiness Project*. I denne undersøkelsen deltok 97 familier og 47 lærer. Av de 97 førskolebarna var 56 jenter og 41 gutter. Blant de 97 omsorgspersonene som deltok var 90 var mødre, 5 fedre og 2 var bestemødre. Deltakerne var tilfeldig utvalgt av sub-grupper fra 602 barn. Hovedformålet med undersøkelsen var å se nærmere på relasjonen mellom hyppigheten av positive og negative emosjonell uttrykk hos omsorgspersoner og barnets innagerende og utagerende atferd blant ressurssterke og urbane barn. McCoy og Raver gikk inn i undersøkelsen med en hypotese om at dess høyere frekvens av negativt emosjonelle uttrykk og lav frekvens av positivt emosjonelle uttrykk fra omsorgspersonene vil predikere høyere forekomst av både innagerende og utagerende atferd blant barna i undersøkelsen. Det var også

en forutinntatt hypotese om at de foreldre som selv rapporterte høy frekvens på emosjonelt negativ uttrykksform ville predikere lavere evne til emosjonell selvregulering hos barnet og færre selvrapporterte atferdsproblemer i klasserommet fra lærernes side.

Som en del av data innsamlingen ble det utført intervju med omsorgspersonene. Intervjuene ble utført av opplærte og troverdige datainnsamlere. De 47 lærerne utførte en rangering av barns innagerende og utagerende atferd i skolesammenheng. På bakgrunn av skolen opererte med flere lærer per klasserom, var det alltid to lærer som rapporterte på samme barn. I gjennomsnitt rapportert hver lærer på 3.86 barn($SD = 2.19$) (McCoy & Raver, 2011).

For å måle hyppigheten av omsorgspersonenes emosjonelle uttrykksformer ble det brukt spørreskjema. En forenklet utgave av SEFQ (Self-expressivness in the family questionnaire) ble tatt i bruk, denne skal fange opp frekvensen av positive og negative emosjonelle uttrykksformer i familiekontekst. For å måle barnets emosjonelle selvregulering ble barna utsatt for 10 forskjellige utfordringer, der det ble utført observasjoner. Emotion regulation subscale of the preschool self regulation assessment ble tatt i bruk for å registrere barnas emosjonelle uttrykksformer. Barnas innagerende og utagerende atferd ble vurdert gjennom å ta i bruk BPI(Behavior Problems Index), der det operertes med to nye variabler, sammen med den originale 28 variabel-skalaen.

Resultatene viser til en indikasjon omkring høy forekomst av negative emosjonelle uttrykk fra omsorgspersoner og lav evne til selvregulering hos barnet predikerer mer innagerende atferdsvanske hos barn. Barn av foreldre som selv rapporterte høy forekomst at positive emosjonelle uttrykksform (som glede) ble assosiert med sjelden utagerende atferd som aggresjon, sinne og trass i klasseromssituasjoner (McCoy & Raver, 2011). Studien viser til en ikke-linær relatering mellom foreldres emosjonelle uttrykksform og barns utagerende atferdsvansker, og påpeker at kjønn kan spille en modererende rolle. McCoy og Raver`s resultater fra denne undersøkelsen understreker betydningen av det emosjonelle klimaet barnet utsettes for i oppveksten, og hvilken innflytelse det emosjonelle klimaet sammen med barnets reguleringsevne har for en atferdsmessig utvikling i førskolealder (McCoy & Raver, 2011).

8.0 Diskusjon

Diskusjonen baseres på oppgavens hensikt, vektlegging av studier, kvalitet, metodiske begrensninger og diskusjon av resultater sett i forhold til problemstillingen.

8.1 Oppgavens hensikt

Oppgavens primære hovedmål er å kunne finne frem til fagfeltets oppdaterte forskning som omhandler småbarns (0 til 6 år) utvikling av egenskapen emosjonell selvregulering, og se nærmere på hvilken påvirkning/innflytelse relasjoner mellom barn og omsorgsperson har for utviklingen av barnets emosjonelle selvregulerings evner, og hvilke faktorer som påvirker utviklingen. Med dette som mål, er det blitt utført ulike søk i ulike databaser. Søkene har resultert i litteratur som omhandler barns evne til emosjonell selvregulering, og i hvilken grad de nære relasjoner har innvirket på egenskapen. Søkene har også gitt resultater i henhold til barns individfaktorer som en buffer eller risikofaktor for utviklingen av selvregulering evnen, sammen med relasjoners innflytelse. Gjennom bruk av de utvalgte artiklene ønsker en å sette fokus på betydningen av kvalitetsrike relasjoner mellom voksen og barn i et utviklingsperspektiv. De teoretiske funn kan bidra til nyttig kunnskap for både foreldre og fagpersoner i fagfeltet.

8.2 Vektlegging av studier

Oppgavens utvalgte forskningsartikler som er utvalgt gjennom søkeprosessen opptrer med variasjon i henhold til valg og bruk av metoder. På bakgrunn av et ønske om å se effekten av relasjoner i forhold til fenomenet, ble jakten på ekte eksperiment stående som en gullstandard. Tanker var så å søke etter longitudinelle studier om en ikke kunne oppdrive flere eksperimentelle. Om det ikke var tilstrekkelig med longitudinelle studier var planen da å søke videre etter samvariasjonsstudier. Gjennom søkene i databasene, og i regi av kriteriene for utvelgelsene ble det funnet to eksperimentelle studier. Søkende gikk videre til longitudinelle studier, som har sin styrke ved å si noe om hvordan fenomenet utvikler seg over tid. En samvariasjons studie ble også tatt med, fordi studien kan fortelle noe om sammenhenger mellom de ulike variablene som undersøkes. Oppgaven står på bakgrunn av dette med 2 eksperimentelle studier, 6 longitudinelle og 1 samvariasjons studie. Styrken ved å kombinere flere typer forskningsdesign på de utvalgte forskningsartiklene, er at en da kan få et innblikk i både årsakssammenhenger, en innsikt på fenomenets utvikling over tid og sammenheng mellom ulike variabler.

8.3 Metodiske begrensninger

8.3.1 Utvalg og frafall av informanter

Studier som opptrer med lite utvalg kan føre til en begrenset statistisk signifikans oppnåelse. I undersøkelser der småbarn blir utsatt for fysiologiske undersøkelser er det vanlig at en mangler en hel del data etter undersøkelsen, ved et lite utvalg vil dette kunne opptre som kritiske for studiens troverdighet. Et større utvalg vil kunne kompensere for mengden manglende data. En annen utfordring som blant disse undersøkelsene som operer med et lite utvalg, er å oppdage interaksjonen mellom det genologiske perspektivet og miljøperspektivet. Flere av studiene i denne oppgaven operer med et stort utvalg, utfordringer som frafall er da en reel utfordring (Johannessen et al., 2010). Et stort frafall kan problematisere generaliserbarheten av resultatene fra utvalget til populasjonen, og true studiens statistiske validitet (Johannessen et al., 2010).

8.3.2 Homogent utvalg

Noen av studiene opptrer med et homogent utvalg, noe som truer studiens ytre validitet (Johannessen et al., 2010) Denne form for utvalg vil redusere generaliserbarheten av funnene til et mangfold eller populasjon. Når informanter opptrer i en homogen gruppe vil kulturelle atferdstilstander kunne påvirke resultatene i studien (Lund, 1997). Kulturelle normer kan i dette tilfelle påvirke atferden mødre viser i undersøkelsene. Risikoen ved dette er at de utvalgte kodingssystemene ikke er sensitive nok for de kulturelle forskjellene.

8.3.3 Frivillig rekruttering av utvalg

I flere av studiene melder informantene seg selv til undersøkelsene. Dette vil i noen tilfeller forhindre å få undersøkt viktige potensielle deltagere. Denne begrensningen kommer klart til syne under studien som skal undersøke barn som blir/har blitt utsatt for vold. Det er mest sannsynlig at de voldeligste foreldrene ikke ønsker å delta i slike typer undersøkelser. På samme tid vil denne form rekrutteringen styrke studiens ytre validitet gjennom å oppnå et tilfeldig utvalg (Lund, 1997).

8.3.4 Kontekstuelle begrensninger

I alle studiene ble barn observert i manipulerte situasjoner. Dette vil kunne opptre som metodisk begrensning, selv om den ansees som nødvendig eller effektiv. For å oppnå et helhetlig bilde og et naturlig perspektiv på barns utvikling vil det å observere barn og omsorgspersoner i naturlige omgivelser og situasjoner forsterke funnenes troverdighet.

8.3.5 Ekstern rapportering

I en av studiene forskerne utgangspunkt i ekstern rapportering av barna atferd fra barnas lærer. Dette kan svekke forskernes ”sanne” innblikk i barnets emosjons regulerende evner. Kun et av studiene påpekte sin egen studies reliabilitet i forhold til en lav måling på en variabel. Variabelen hadde en reliabilitet på .58-.77, noe som er relativt lavt, der .80 eller høyere regnes som bra (Gall et al., 2007). Forskerne påpekte dermed at funnene ut i fra denne variabelen må sees på som noe upålitelig.

8.4 Forskningsetikk

All forskning må underrette seg etiske prinsipper og juridiske retningslinjer. Det kan sies at all virksomhet som får konsekvenser for andre mennesker, må bedømme ut i fra etiske standarder. Etiske problemstillinger oppstår ofte når forskning direkte berører mennesker i forbindelse med datainnsamling (Johannessen et al., 2010). Når barn deltar som informanter ved forskningsprosjekter blir det viktig at barna både blir sett og respektert for de unge individene de er, og ikke la dem bli utsatt for unødvendig smerte eller risiko (Thorsen & Størksen, 2010). Barna skal også inkluderes så langt det er mulig i alle deler av forsknings foreløpet (Freeman & Mathison, 2009). All testing som barn blir utsatt for bør være tilpasset barnets kognitive nivå (Thorsen & Størksen, 2010). I et forskningsetisk perspektiv kan en barnet anses som sårbar på tre måter. En direkte sårbarhet på grunn av at de er yngre, svakere fysisk og har begrenset kunnskap omkring forskningsarbeidet de er en del av. En snakker også om en strukturell form for sårbarhet, noe som innebærer at barnet mangler både politisk, sosial og økonomisk autoritet. Den tredje sårbarheten tar utgangspunkt i de voksnes normative forutinntatthet omkring barnets kapasitet og potensialet i forhold til et teoretisk grunnlag (Freeman & Mathison, 2009).

I alle de utvalgte studiene i denne masteroppgaven ser en at barn blir satt i stressende situasjoner. Spesielt utfordrende blir *still-face-* og *Strange- situation* testene som blir utført i to av studiene for barn i denne aldersgruppen (Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008). Intensjonen om å innhente data, som kan være til hjelp for å utfordre og utvikle nåværende kunnskap på fagfeltet, må veies opp mot påkjenningene barnet blir utsatt for (Freeman & Mathison, 2009). Noen av situasjonene kan tenkes å være mer utfordrende enn andre. Situasjoner der barnet blir utsatt for adskillelse og eller avvisning fra mor for å innhente data er situasjoner som kan være på kanten til å inntreffe som uetiske. De utvalgte artiklene

presenterer ingen refleksjoner i omkring det forskningsetiske ved studien. Den mangelfulle refleksjonen over de forskningsetiske retningslinjene kan ses på som et funn i seg selv.

8.5 Diskusjon av resultater

Resultatene fra de ni utvalgte forskningsartiklene kan deles inn i to hovedgrupper. Den ene gruppen viser til egenskaper ved relasjonen mellom barn og omsorgspersoner som hemmer eller fremmer barnets utvikling av emosjonell selvregulering. Den andre gruppen omhandler interaksjonen mellom individfaktorer som opptrer som risiko for utviklingen av emosjonell selvregulering og miljøet barnet befinner seg i.

8.5.1 Utviklingsveier på bakgrunn av kvalitet på relasjon

Fem av de ni artiklene (Bernier et al., 2010; Dennis, 2006; Kim-Spoon et al., 2012; McCoy & Raver, 2011; Moore, 2009) viser til resultater som omhandler kvaliteten på relasjonen mellom barn og omsorgspersoner, med hemmende eller fremmende effekt på utviklingen av emosjonelle selvregulering evner. Både Dennis (2006) og Bernier (2010) viser til viktigheten av å skape et holdende miljø for barnet. Moderlig sensitivitet, evnen til å ta barnets perspektiv og omsorgspersoners evne til å gi rom og støtte for autonomi er egenskaper som predikerer gode utviklingsmuligheter for barnet i henhold til barnets emosjonelle selvregulerende evner (Bernier et al., 2010). Resultater viser også at barn som har omsorgspersoner som opptrer med varme og omsorg under frustrerende situasjoner/utfordringer, viser bedre regulerings evne av emosjonelle impulser, sammenliknet med barn som hadde omsorgspersoner som avviser eller unngår barnet i samme situasjon (Dennis, 2006). I forlengelse av det sistnevnte funnet viser studien til Moore (2009) at barn som lever i et emosjonelt omsorgsmiljø med høy forekomst av sinne, kan ha utviklingshemmede emosjonsregulering på bakgrunn av det emosjonelle klimaet (Moore, 2009). Kim-Spoon, et al (2012) studie antyder hvordan barn som har svekkede regulerings evner på bakgrunn av å ha blitt fysisk mishandling, kan få «reparert» den dysfunksjonelle regulerings evnen, ved hjelp av å komme inn i et holdende miljø. Dette funnet er svært attraktivt når en setter det i lys av barnehagens rolle for småbarn. Funnet kaster lys over et positivt utviklingspotentiale til barn med svekkede regulerings evner på bakgrunn av oppvekstvilkår og miljø (Kim-Spoon et al., 2012). Resultatene viser til viktigheten av å kunne skape et holdende omsorgsmiljø, og kunne romme barnet emosjonelt (Abrahamsen, 1997, 2010; Ainsworth et al., 1978; Bion, 1962; Bowlby, 1994; Winnicott,

1964; Winnicott et al., 1997). Funnet som indikerer at barnet trenger støtte til autonomi og rom for mestring er svært sammenliknbart med Perry`s (2005) teori om at barnet ikke skal unngå utviklingsadekvate stressende situasjoner. Unngår barna alle former for stressende elementer vil barnet snytes for en utviklingsmulighet (Perry, 2005).

8.5.2 Interaksjon mellom individfaktorer og miljø

Det tidligere presenterte teori grunnlaget viser til betydningen av miljøet for barns utvikling av emosjonell selvregulering. De teoretiske perspektivene påpeker også trekk ved individene som kan opptre som risikofaktorer. Resultatene fra fire av de utvalgte studiene kan vise til funn som indikerer at miljø og kontekst betingelser kan ha en større påvirkningskraft, enn genetisk forankrede risikofaktorer hos barnet som individ (Dennis, 2006; Kim & Kochanska, 2012; Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008). Bakgrunnen for denne indikeringen er at barn ved genetisk risiko for svekkede reguleringsevner, opptre med like gode reguleringsevner som barn uten denne genetiske disposisjonen om de er trygt tilknyttet sine omsorgspersoner (Kochanska et al., 2009). Studie viser til at individfaktor som temperament først opptre som en risikofaktor om barnet befinner seg i fattige omsorgsmiljø med svekkede relasjoner mellom barnet og dens nære omsorgspersoner (Dennis, 2006; Kim & Kochanska, 2012). Dette betyr i praksis at barnets omsorgspersoner kan gi barnet godt utviklede emosjonelle reguleringsferdigheter, tross genetiske risikofaktorer som temperament. Videre påpeker studiene at disse barna har et sterkt behov for responsive relasjoner til sine omsorgspersoner for å kunne utvikle gode emosjonelle reguleringsferdigheter (Dennis, 2006; Kim & Kochanska, 2012; Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008). I et av studiene kan en se hvordan genetisk risiko sammen med svekket utviklingsmuligheter på grunn av miljø opptre som en dobbel risiko for barnet (Propper et al., 2008).

8.6 Kvalitet

Når en i denne sammenheng skal oppsummere de utvalgte artiklenes validitet må det gjøres en analyse av i hvilken grad dataene fra studiene representerer «virkeligheten» omkring fenomenet de undersøker (Gall et al., 2007; Johannessen et al., 2010; Lund, 1997). Er funnene viktige i en empirisk sammenheng?

Det er svært vanskelig å bedømme de utvalgte artiklens validitet i henhold til tidsperspektivet på masteroppgave. Tidsperspektivet har gjort det vanskelig å forta en grundig metodisk analyse av hver enkel artikkel. I et kvalitetsperspektiv kan en allikevel si noe om studiene i sin helhet som gruppe. Vurderingen kan gjøres ut i fra statistisk validitet, ytre validitet, indre validitet og begrepsvaliditet.

I forhold til studienes statistiske validitet kan en se i flere av studiene at de opererer med store utvalgt, og et overkommelig bortfall i henhold til mindre enn 60 % av bruttoutvalget i nettoutvalget (Johannessen et al., 2010). Ingen av studiene har bortfall som i følge det teoretiske grunnlaget skal kunne svekke studiens statistiske validitet. Ytre validitet handler om undersøkelsen kan overføres i rom og tid (Johannessen et al., 2010). Den ytre validiteten styrkes ved å utføre de samme undersøkelsene i forskjellige kontekster, på forskjellige tidspunkt og til slutt sammenlikne resultatene. I de to eksperimentelle studiene er barnet kun testet ved en anledning i samme kontekst. Det er derfor ikke utført sammenlikninger av resultatene, noe som kan svekke studiens ytrevaliditet. De seks longitudinelle har testet barna på forskjellige tidspunkt. Barna blir utsatt for forskjellige situasjoner, men i samme kontekst. Kun tre av studiene har benyttet seg av å skifte kontekst, som i at et av undersøkelsespunktene var i barnets hjem, men resten utførtes i lab. Indre validitet sier noe om resultatene fra studien kan oppfattes som riktige (Jacobsen, 2005). Tre kriterier stiller seg som nødvendige for å få oppnådd tilfredsstillende indre validitet. Det handler om at den uavhengige variabelen må ha vist seg å komme før den avhengige variabelen i tid. Det må være en korrelasjon mellom den uavhengige og den avhengige variabelen, og det må vises til at det ikke eksisterer andre forklaringer for korrelasjonen mellom de to variablene (Shadish et al., 2002). Det vil være vanskelig i denne sammenheng å bedømme studienes indre validitet. Begrepsvaliditet omhandler relasjonen mellom det generelle fenomenet en studerer og de konkrete dataene. Begrepsvaliditet kan sees på som et målingsfenomen, der det handler om i hvilken grad det er samsvar mellom fenomenet som studeres og målingen som utføres. Begrepsvaliditet og reliabilitet kan testes når en bruker spørreskjema ved blant annet å utføre en Conbach`s alpha test. I de utvalgte artiklene kan en se at Conbach`s alpha tester viser til tilfredsstillende resultater. I kun ett av studiene viser artikkelen til en variabel som hadde en reliabilitet på .58-.77, noe som er relativt lavt, der .80 eller høyere regnes som bra (Gall et al., 2007).

8.7 Funnenes svar på problemstilling

Oppgavens problemstilling er som nevnt tidligere delt opp i tre deler, og har ut i fra funnene i artiklene et hovedfokus på relasjoners innflytelse på utviklingen av barns emosjonelle selvregulering.

- a) Hva er emosjonell selvregulering?
- b) Hvilke faktorer påvirker emosjonell selvregulering hos småbarn?
- c) Hvilken betydning har den voksnes innflytelse på relasjoner hos småbarn for utviklingen av emosjonell selvregulering?

Problemstilling a) Emosjonell selvregulering er en grunnfunksjon i menneskelig utvikling og fungering, og ansees som en kompleks prosess i barns utvikling, og involverer alle deler av hjernen (Jacobsen & Svendsen, 2010). Denne reguleringsformen referer til hvordan individet klarer å mestre emosjonelle uttrykksformer, og håndterer våre egne emosjoner i følelsesladde situasjoner (Baumeister & Vohs, 2011; Slinning et al., 2010; Smith, 2004). Prosessen som oppstår kan beskrives som hvordan det reaktive i emosjonen (aktivering av hjerterytme, pust, muskelspenninger og stresshormon) møter kognitive prosesser, der emosjonene blir forstått og regulert ut i fra den gitte konteksten individet befinner seg i (Jacobsen & Svendsen, 2010).

Problemstilling b) Utviklingen av emosjonell selvregulering påvirkes av både indre og ytre faktorer. Emosjonelle selvregulerings evner utvikles hos barn allerede i fosterstadiet. I mors mage utvikles et grunnlag for videre utvikling av egenskapen, der barnets første leveår vil være av stor betydning for den kommende utviklingen (Melrose, 2010). Barnet blir totalt avhengig av trygge og pålitelige relasjoner til sine omsorgspersoner for å kunne komme i gang med en fruktbar utvikling av gode emosjonelle selvregulerende evner (Abrahamsen, 1997, 2010; Berger, 2011; Bowlby, 2004; Fonagy, 2006; Fonagy & Target, 2002; Melrose, 2010; B.D Perry, 2005). De pålitelige voksne må regulere barnets emosjonelle aktivering uten i fra, for å fordøye og regulere den fysiologiske aktiveringen som oppstår. Etter hvert vil barnet selv kunne fordøye og regulere sine egne emosjonelle impulser. Denne prosessen vil ta tid, og barnet vil gradvis bli mindre avhengig av sine omsorgspersoner til å regulere impulsene for en (Bion, 1962; Johannessen et al., 2010). Utviklingen tar form gjennom et

samspill av individfaktorer og miljø. Barnets utvikling av emosjonell selvregulering kan bli utfordret av individfaktorer som barnets temperament, oppmerksomhet og svekkede kognitive prosesser. Miljøfaktorer som utrygg tilknytning kan også opptre som en utfordring i henhold til utviklingsforløpet (Fonagy, 2006; Jacobsen & Svendsen, 2010; Melrose, 2010; Perry, 2005). På samme tid viser funn som er nevnt tidligere at trygge omsorgsmiljø og gode relasjoner mellom barnet og omsorgspersonene indikerer en større påvirkningskraft, enn genetisk forankrede risikofaktorer hos barnet som individ (Dennis, 2006; Kim & Kochanska, 2012; Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008). Faktorene kan deles inn i to grupper, indre og ytre faktorer. De indre faktorene er faktorer ved barnets personlighet, og eller medfødt disposisjon. Barnet blir født med en disposisjon for selvregulerende evner (Fonagy, 2006; Melrose, 2010; Perry, 2005). Indre faktorer som indikerer utviklingsmessige avvik vil ha innvirkning på utviklingspotensialet hos barnet (Perry, 2003). Dette vil variere i henhold til hvor omfattende avviket er, en alvorlig hjerneskade vil påvirke barnets utvikling i større grad enn for eksempel faktorer som temperament og konsentrasjon. Dette synliggjøres i flere av de utvalgte studiene (Kim & Kochanska, 2012; Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008; Raikes et al., 2007). De ytre faktorene handler om foreldres tilnærming til barnet. Den voksne fremstår som en modell for barnet, der en bør gi barnet rom til å øve seg på å regulere emosjonelle uttrykk i passende situasjoner. Den voksne må støtte barnet gjennom denne prosessen, og bistå med veiledning og hjelp når dette skulle trenge. Denne støtten og tilstedeværelse vil kun være utviklingsfremmende om den voksne er emosjonelt tilgjengelig.

Problemstilling c) Den voksnes innflytelse på utviklingen av emosjonell selvregulering hos småbarn er blitt hovedfokuset i denne oppgaven. Det er blitt representert et solid teoretisk grunnlag innledningsvis som sier noe om den relasjonelle påvirkningskraften. Alle de ni utvalgte artiklene viser til funn som forteller at relasjonen mellom barnet og omsorgspersonene er avgjørende for gode reguleringsevner av emosjonelle impulser og uttrykk. De fire artiklene som omhandler interaksjonen mellom gen og miljø viser til funn som indikerer at tryggeomsorgsmiljø kan virke som en buffer for barn med svekkede gener i henhold til sunne regulerings evner (Dennis, 2006; Kim & Kochanska, 2012; Kochanska et al., 2009; Propper et al., 2008). Relasjonenes innflytelse kommer også klart til uttrykk ved funn som indikerer at gode og trygge omsorgsmiljø fremmer gode regulering evner. Samt negative omsorgsmiljø med svekkede omsorgsevner, og eller barn som blir utsatt for mye sinne i relasjonen mellom seg og sine omsorgspersoner viser svekket selvregulerings evne av

emosjonelle impulser (Bernier et al., 2010; Kim-Spoon et al., 2012; McCoy & Raver, 2011; Moore, 2009). For at en voksen skal komme i posisjon til å fremstå som en utviklingsfremmende faktor blir det viktig at barnet anser den voksne som en pålitelig voksen. Når den voksne klarer å opparbeidet en trygg base for barnet, med et holdene miljø vil barnets indre arbeidsmodell fylles med mot og trygghet for mestring (Abrahamsen, 1997, 2010; Bowlby, 1969, 1994; Fonagy, 2006; Melrose, 2010; R. C. Pianta, 1999; Tremblay, 2010; Winnicott, 2003; Winnicott & Jemstedt, 1993; Winnicott et al., 1997).

8.8 Oppsummering og praktisk konsekvens for primære og sekundære omsorgsgivere

Funn fra de utvalgte artiklene i denne litteratur review oppgaven forsterker Grolnick og Farkas (2002) oppsummering av fagfeltets teorier omkring relasjoners betydning for utviklingen av gode reguleringsevner hos småbarn (Grolnick & Farkas, 2002). I fra tidsrommet 2002 til 2012 vises det en felles forståelse omkring viktigheten av relasjoners betydning, som forsterker det eksisterende teoretiske grunnlaget i 2002. Ut i fra funn i de ni artiklene kan en se en antydning til et annet fokus på relasjoner/miljøet i interaksjon med genetikk. Funn indikerer at relasjonene har større påvirkningskraft på utviklingen av emosjonell selvregulering hos små barn, enn risikofylte individfaktorer. Individfaktorene opptrer først som en stor trussel for utviklingen av emosjonell selvregulering hos barnet når barnet er omgitt av fattige og svekkende omsorgsevner.

Funnene i fra de utvalgte artiklene fremhever betydningen av at ansatte i barnehagen har et ansvar for å være *gode nok* i den Winnicotske betydning, evnen til å opptre som hvert enkelt barns *trygge base* og kunne *containere* barnets følelser (Bion, 1962; Bowlby, 1994; Winnicott, 2003; Winnicott & Jemstedt, 1993). De teoretiske perspektivene vektlegger omsorgsfulle relasjoners betydning for barns utvikling. Forskning viser til at barn som opplever det vanskelig å regulere seg selv, kan stå i fare for å utvikle sosiale og emosjonelle vansker. Vansker som angst, depresjon og/eller aggresjonsvansker opptrer som svært vanlig blant disse barna. Vanskene kan på sikt kan føre til at individet føler behov for selvmedisinering i form rusmisbruk eller annen destruktiv atferd (Melrose, 2010; Perry, 2005).

Med en pålitelig og omsorgsfull relasjon som et fundament i det pedagogiske arbeidet, er det tiltak de ansatte i barnehager kan gjennomføre for å fremme barns selvregulerende evner, og på samme tid være forebyggende i forhold til barn som har svekkede regulerings evner.

1) Et hovedtiltak vil være at de voksne går foran som et godt eksempel. De voksne bør ha evnen til å utføre god selvregulering i utfordrende situasjoner, slik at barnet erfarer hvordan vanskelige situasjoner kan mestres. 2) Legg til rette for en strukturert og forutsigbar barnehagehverdag. Barn som har svekkede reguleringssevne vil dra god nytte av tryggheten som struktur og forutsigbarhet generer. Opplever barnet det motsatte, kan dette medføre uro hos barnet, som vises gjennom ukontrollert atferd. 3) Pedagogene må forutse overgangssituasjoner som kan oppstå i barnets barnehagehverdag, samt fortelle og forklare barnet i forkant om eventuelle forandringer som kommer utover barnehagens faste rutiner. 4) Belønn barnet for god selvregulering, med frihet og fleksibilitet, der det legges til rette for muligheten til lek og læring. 5) Barnehagen bør organisere barnegrupper, der barn med svekkede selvregulerende evner ikke kommer sammen. Dette på bakgrunn av at problematikken ofte eskalerer om disse barna kommer sammen (Perry, 2005, s.3).

Gjennom blant annet disse tiltakene og grunnleggende *gode nok* relasjoner vil de voksne hjelper barnet til å selvregulere. Barns selvregulerings evne kan utvikles i stor grad ved hjelp av de ansatte i barnehagen. For noen barn vil dessverre ikke strukturen, forutsigbarheten og omsorgen fra de ansatte i barnehagen være tilstrekkelig. Oppmerksomheten og pleien disse barna trenger er utover det barnehagens kapasitet kan tilby. Opptrer barnas problemer som ekstreme og vedvarende bør barnet henvises videre til andre instanser for hjelp (Melrose, 2010; Perry, 2005).

Resultatene er svært positive i henhold til hvilke utviklingsmuligheter barnet har i møte med sekundære omsorgspersoner i barnehagen. På samme tid kaster de lys over hvilket ansvar og innflytelse pedagoger i samhandling med små barn i barnehagen står over for. Barnehagen kan for mange barn bli den ene sjansen til å få utviklet funksjonelle emosjonelle reguleringsferdigheter som barnet ikke ville fått i tilstrekkelig grad om de ikke var i barnehagen. Dette betyr at personalet i barnehagen får mulighet til å legge et grunnlag for gode utviklingsmuligheter for sunn mental helse. Emosjonell selvregulering kan anses som en grunnfunksjon i menneskelig fungering, og at den ligger i bunn av svært mange psykososiale problemer om den opptrer som dysfunksjonell, vil en fort se alvorret i arbeidet de ansatte i dagens barnehager utfører, og hvilke muligheter en har for å hjelpe flere barn med utviklingen

av god emosjonell selvregulering. Barnehagen blir dermed *a window of opportunity* (Pianta, 1999, s 16).

8.9 Behov for videre forskning

Som en forlengelse av denne masteroppgaven kunne det vært interessant og sett nærmere på hvordan de ansatte i barnehagen legger til rette for utviklingen av gode reguleringsferdigheter hos små barn. Dette ville gitt fagfeltet et innsyn i hvilken grad dagens ansatte i norske barnehager anser disse tiltakene som viktige og utviklingsfremmende, og /eller hvilke kunnskaper omkring fenomenet som faktisk eksisterer ute i feltet.

Etter en har utført grundige søk i databasene vil en kunne si at det finnes svært lite forskning omkring de aller minste barna i barnehagen innen for tematikken emosjonell selvregulering. Det ble gjort skremmende lite funn, sammenliknet med barn i skolealder. Det teoretiske grunnlaget taler for seg selv når en ser hvor tidlig den emosjonelle reguleringsevnen etableres og hvor viktig egenskapen er, og ikke minst hvilken innflytelse relasjoner har på utviklingen på den emosjonelle reguleringsevnen hos små barn. Med full barnehage dekning og tidlig innsats som uttalt mål fra kunnskapsdepartementet, er det dermed et sterkt behov for mer forskning som omhandler de aller minste barna i utdanningsforløpet.

I forhold til de forskningsetiske prinsipper har forskningsfeltet et ansvar. Behovet for etiske refleksjoner omkring barnets møte med forskningsfeltet er nødvendig i de forekommende undersøkelser.

9.0 Konklusjon

Forskningsfeltets nyeste funn i forhold til relasjoners innflytelse på velutviklede reguleringsevner gir en indikasjon på hvor viktig rolle både de primære og sekundære omsorgspersonene har i forhold til barnets læring og utvikling. Objektrelasjonsperspektivet med tilknytningsteori i spissen bør opptre som et optimalt fundament for barn-voksen relasjoner, både i de Norske barnehager og barnets hjem.

Det legges i dag føringer fra politiske instanser som Kunnskapsdepartementet (Kunnskapsdepartementet, 2011a; NOU (2009:18); NOU (2012:1); St. meld. nr 16 (2006-2007); St. meld. nr 24(2012-2013); St. meld. nr 41 (2008-2009)) om kvalitet og kvantitet som uttalt målsetning. Myndighetene signaliserer betydningen av kvalifisert pedagogisk

tilnærming i dagens barnehager, der kvaliteten på barnets første leveår er av stor betydning for barnets utvikling og mestring videre i livet.

Oppgavens empiriske funn bidrar til et positivt utviklings perspektiv i henhold til barnehagen som utviklings arena. For at barnehagen skal kunne opptre som en sunn utviklingsarena for velkvalifiserte regulerings evner, trenger barnehagene å opprette sunne emosjonelle klima, med mulighet for utvikling, der trygg base opptre som et bærende pedagogisk fundament. Barna blir avhengig av at de ansatte i barnehagen står frem som sunne forbilder, der barn ivaretas emosjonelt, og der det legges til rette for gode selvregulerende utviklings muligheter. Den voksnes rolle i møte med barn underbygger viktigheten i Pianta`s ord: *Children are only as competent as their context affords them the opportunity to be (Pianta, 1999, s. 64).*

10.0 Referanser

- Abrahamsen, G. (1997). *Det nødvendige samspillet*. [Oslo]: Tano Aschehoug.
- Abrahamsen, G. (2010). Vær hos meg - jeg trenger deg! (pp. s. 325-346). Trondheim: Tapir akademisk forl.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Barett, L. F. (2006). Are Emotions Natural Kinds? *Association for Psychological Science*, 1(1), 28-58.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2011). *Handbook of self-regulation*. New York: Guilford Press.
- Berger, A. (2011). *Self-regulation*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Bernier, A., Carlson, S. M., & Whipple, N. (2010). From External Regulation to Self-Regulation: Early Parenting Precursors of Young Children's Executive Functioning. *Child Development*, 81(1), 326-339. doi: 10.1111/j.1467-8624.2009.01397.x
- Bion, W. (1962). A theory of Thinking. *Int. J. of Psycho - Anal.*, 43, 306-310.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Separation* (Vol. 2). London: Penguin Books.
- Bowlby, J. (1989). *Intervju i dokumentarprogrammet: Are mothers really necessary?* Southampton: TVS Television Centre.
- Bowlby, J. (1994). *En sikker base*. Fredriksberg: Det lille forlag.
- Bowlby, J. (2004). *Fifty years of attachment theory*. London: Karnac.
- Brodal, P. (2007). *Sentralnervesystemet*. Oslo: Universitetsforl.
- Bronson, M. (2000). *Self-regulation in early childhood*. New York: Guilford Press.
- Bø, I. (2000). *Barnet og de andre*. [Oslo]: Universitetsforl.
- Dennis, T. (2006). Emotional Self-Regulation in Preschoolers: The Interplay of Child Approach Reactivity, Parenting, and Control Capacities. *Developmental Psychology*, 42(1), 84-97.
- Drugli, B. M. (2008). *Atferdsvansker hos barn : evidensbasert kunnskap og praksis*. [Oslo]: Cappelen akademisk forl.
- Feldman, R., Greenbaum, C. W., & Yirmaya, N. (1999). Mother - Infant affect synchrony as antecedent of the emergence of self-control. *Developmental Psychology*, 35, 223-231.
- Fonagy, P. (2006). *Affektregulering i utvikling og psykoterapi*. København: Reitzel.
- Fonagy, P., & Target, M. (2002). Early intervention and the development of self-regulation. *Psychoanalytic Inquiry*, 22(3), 307-335.
- Fox, E. (2008). *Emotion science*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Freeman, M., & Mathison, S. (2009). *Researching children's experiences*. New York: Guilford.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2007). *Educational research*. Boston: Allyn and Bacon.
- Grolnick, W. S., & Farkas, M. (2002). Parenting and the Development of Children's Self - Regulation. In M. H. Bornstein (Ed.), *Practical issues in parenting* (2.utg ed.). Mahwah. N.J.
- Hart, S., & Schwartz, R. (2009). *Fra interaksjon til relasjon*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Jacobsen. (2005). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?* Kristiansand: Høyskoleforl.
- Jacobsen, D. I. (2005). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?* Kristiansand: Høyskoleforl.
- Jacobsen, K., & Svendsen, B. (2010). *Emosjonsregulering og oppmerksomhet*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Johannessen, A., Tufte, P. A., & Kristoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt.
- Kim-Spoon, J., Haskett, M. E., Longo, G. S., & Nice, R. (2012). Longitudinal study of self-regulation, positive parenting, and adjustment problems among physically abused children. *Child Abuse & Neglect*, 36(2), 95-107. doi: 10.1016/j.chiabu.2011.09.016
- Kim, S., & Kochanska, G. (2012). Child Temperament Moderates Effects of Parent-Child Mutuality on Self-Regulation: A Relationship-Based Path for Emotionally Negative Infants. *Child Development*, 83(4), 1275-1289. doi: 10.1111/j.1467-8624.2012.01778.x
- Kochanska, G., Philibert, R. A., & Barry, R. A. (2009). Interplay of Genes and Early Mother-Child Relationship in the Development of Self-Regulation from Toddler to Preschool Age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(11), 1331-1338.

- Kunnskapsdepartementet. (2011a). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo.
- Kunnskapsdepartementet. (2011b). *Rammeplan for innholdet i og oppgåvene til barnehagen*. [Oslo]: Kunnskapsdepartementet.
- Kvello, Ø. (2010). *Barn i risiko*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lash, M. T. T. (2007). "Don't Tell Me No; I Tell You No! *Childhood education*, 84/2.
- Lazarus, R. S., Folkman, S., & Visby, M. (2006). *Stress og følelser*. København: Akademisk Forlag.
- Lund, T. (1997). *Kausal metodologi* (Vol. 7, 1997). Oslo: Instituttet.
- Lund, T. (2005). The Qualitativ-Quantitativ Distinction: Some comments. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 49(2), 115-132.
- Lunde, S. (2012). *Positivt engasjement og kommunikasjon med voksne i barnehagen og barns evne til selvregulering*. Stavanger: S. Lunde.
- McClelland, M. M., Acock, A., Piccinin, A., Rhea, S. A., & Stallings, M. C. (2012). Relations between preschool attention span-persistence and age 25 educational outcomes. *Early Childhood Research Quarterly*.
- McCoy, D. C., & Raver, C. C. (2011). Caregiver Emotional Expressiveness, Child Emotion Regulation, and Child Behavior Problems among Head Start Families. *Social Development*, 20(4), 741-761.
- Melrose, R. (2010). *"You Can Heal Your Child: A Guide for Parents of Misdiagnosed, Stressed, Traumatized and Otherwise Misunderstood Children"*. San Francisco.: Bush Street Press.
- Moore, G. A. (2009). Infants' and Mothers' Vagal Reactivity in Response to Anger. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(11), 1392-1400.
- NOU (2009:18). *Rett til læring*.
- NOU (2012:1). *Til barnets beste*.
- Pallant, J. (2010). *SPSS survival manual*. Crows Nest: Allen & Unwin.
- Perry, B. D. (2003). *Affect regulation and repair of the self*. Santa Rosa, California: R. Cassidy Seminars.
- Perry, B. D. (2005). Self-Regulation: The Second Core Strength. *Early Childhood Today*, 2005.
- Pianta, R. C. (1999). *Enhancing relationships between children and teachers*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Pianta, R. C., Hamre, B., & Stuhlman, M. (2003). Relationships between teachers and children. In W. M. R. G. E. Miller (Ed.), *Handbook of psychology: Vol. 7, Educational psychology* (pp. 199-234). New York Wiley.
- Propper, C., Moore, G. A., Mills-Koonce, W. R., Halpern, C. T., Hill-Soderlund, A. L., Calkins, S. D., . . . Cox, M. (2008). Gene-Environment Contributions to the Development of Infant Vagal Reactivity: The Interaction of Dopamine and Maternal Sensitivity. *Child Development*, 79(5), 1377-1394. doi: 10.1111/j.1467-8624.2008.01194.x
- Raikes, H. A., Robinson, J. L., Bradley, R. H., Raikes, H. H., & Ayoub, C. C. (2007). Developmental Trends in Self-Regulation among Low-Income Toddlers. *Social Development*, 16(1), 128-149.
- Ringdal, K. (2007). *Enhet og mangfold*. Bergen: Fagbokforl.
- Sameroff, A. (2009). *THE Transactional Modell og Development. How Children and Contexts Shape Each Other*. Washington: American Psychological Association.
- Schore, A. N. (2003). *Affect Regulation and the Repair of the Self*. New York: Norton.
- Schunk, D. H. (2005). Self-regulated learning: . *The educational legacy of Paul R. Pintrich. Educational Psychologist*, 40(42), 85--94. .
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2008). *Motivation in education*. Upper Saddle River, N.J.: Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Boston: Houghton Mifflin.
- Slinning, K., Hansen, M. B., Moe, V. A., & E., S. (2010). *Håndbok i sped- og småbarns psykiske helse*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Smith, L. (2002). *Tilknytning og barns utvikling*. Kristiansand: Høyskoleforl.
- Smith, L. (2004). *Barn med atferdsvansker*. Kristiansand: Høyskoleforl.

- Sroufe, L. A. (1995). *Emotional Development: The Organization og Emotional Life in the Early Years*. Cambridge: Cambridge University Press.
- St. meld. nr 16 (2006-2007). ... og ingen sto igjen. **Tidlig innsats for livslang læring**. Oslo: (Regjeringen Stoltenberg II) Kunnskapsdepartementet. .
- St. meld. nr 24(2012-2013). *Fremtidens barnehage*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- St. meld. nr 41 (2008-2009). *Kvalitet i barnehagen*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- Statistisk-sentralbyrå. (2011). <http://www.ssb.no/barnehager/>.
- Svartdal, F. (2009). *Psykologiens forskningsmetoder*. Bergen: Fagbokforl.
- Tetzchner, S. (2002). *Utviklingspsykologi: Barne- og ungdomsalderen*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Thorsen, A. A., & Størksen, I. (2010). Ethical, Methodological, and Practical Reflections When Using Q Methodology in Research with Young Children. *The International Journal of Q Methodology*, 33(1/2).
- Tremblay, R. E. (2010). Developmental origins of disruptive behaviour problems: the 'original sin' hypothesis, epigenetics and their consequences for prevention. *Journal of Child Psychology & Psychiatry*, 51(4), 341-367. doi: 10.1111/j.1469-7610.2010.02211.x
- Winnicott, D. W. (1964). *The child, the family, and the outside world*. London: Penguin.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. Madison: International Universities Press.
- Winnicott, D. W. (2003). *Leg og virkelighet*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Winnicott, D. W., & Jemstedt, A. (1993). *Den skapande impulsen*. [Stockholm]: Natur och Kultur.
- Winnicott, D. W., Winnicott, D. W., Shepherd, R., & Davis, M. (1997). *Spædbørn og deres mødre*. København: Hans Reitzels forlag.
- Zeanah, C. H. (2000). *Handbook of infant mental health*. New York: Guilford Press.

Vedlegg 1: Oversiktstabell over utvalgte artikler

<i>Antall</i>	<i>Forfattere</i>	<i>År</i>	<i>Tittel</i>	<i>Utvalg</i>	<i>Studiedesign</i>	<i>Analyser</i>	<i>Hovedfunn</i>
1.	Ginger A. Moore	2009	<i>Infants` and mothers` vagal reactivity in response to anger</i>	48 mor –barn dyader	Eksperimentell design	Observasjon av SFP, EE, RSA test. MxEdit-Software.	Barn som i økt grad blir utsatt for sinne fra sine omsorgspersoner er i risiko for å bli hyper-sensitiv for stress, der høy psykologisk reguleringsform må aktiveres. Familiemiljø som preges av høy grad av foreldrekonflikter og sinne, kan føre til at mødre bruker sin egen energi på å regulere sine egne emosjoner, i den grad at de ikke evner å hjelpe sine barn med å utvikle sofistikerte reguleringsevner.
2.	Tracy Dennis	2006	<i>Emotional Self- Regulation in Preschoolers: The interplay of Child</i>	113 barn og deres mødre. 58 Gutter og 55 Jenter	Kvasi eksperimentell design	CBQ. FP TEST. WT TEST. IPC TEST.	Barn som ble utsatt for unnavikende mødre under utfordrende situasjoner(WT), opptrer med større frustrasjon

			<i>Approach Reactivity, Parenting and Control Capacities</i>			TB TEST. Observasjoner kodet ved SRSS.	og redusert tålmodighet, sammenliknet med barn av mødre med varm og omsorgsfull tilnærming, som opptrådte med mer medgjørighet/føyelighet
3.	Cathi Propper, W.Roger Mills-Koonce, Carolyn Tucker Halpern, Ashley L.Hill-Sonderland, Mary Anna Carbone, Ginger A. Moore, Susan D. Calkins og Martha Cox	2008	<i>Gene-Environment Contributions to the Development of Infant Vagal Reactivity: The Interaction of Dopamine and Maternal Sensitivity</i>	173 mor og barn dyader.	Longitudinell design. Bestående av undersøkelser på tre forskjellige tidspunkt	SSP Observasjon og koding av frilek SFP (still-face) SSP (strange sit) IBI Celleprøve- DNA test.	46% carried risk A(+1) allele of DRD2, 36% carried risk L-DRD4 AA infants more likely to have A(+1) allele of DRD2. No sign. Diff of DRD4. Maternal sensitivity sign higher in EA families and higher income fam.
4.	Jungmeen Kim-Spoon, Mary E. Haskett, Gregory S. Longo og Rachel Nice	2012	<i>Longitudinal study of self-regulation, positive parenting, and adjustment problems among physically abused children.</i>	95 barn. 58% gutter, 42% jenter	Longitudinell studie. Bestående av undersøkelser når barnet var i barnehage, førskole og første klasse	Spørreskjema til omsorgspersoner og pedagoger PPM. BRIEF/ BRIEF Preschool. TRF. PPM	Positiv parenting er en beskyttende og utviklingsfremmende faktor for selvregulering og psykiske vansker blant fysisk mishandlede barn. De utsatte barna med svekkede regulerings evner er mer mottakelig for fordelene ved positiv parenting,

							sammenliknet med barn med godt utviklet selvregulerings evner
5.	Grazyna Kochanska, Robert A. Philibert, og Robin A. Barry	2009	<i>Interplay of genes and early mother-child relationship in the development of self-regulation from toddler to preschool age.</i>	89 foreldre-barn dyader. 51 jenter og 38 gutter, sammen med sine foreldre	Longitudinell studie. Bestående av undersøkelser når barnet var 15, 25, 38 og 52 måneder	Observasjoner som ble kodet etter Strange situation test. BB test. DNA- test.	Trygg tilknytningsstil opptrer som beskyttelses faktor i nærvær av risiko forbundet med en bestemt genotype (5-HTTLPR).
6.	Annie Bernier, Natasha Whipple og Stephanie M. Carlson	2010	<i>From External Regulation to Self-Regulation: Early Parenting Precursors of Young Children's Executive Functioning</i>	80 mor-småbarn dyader. 44 Jenter og 36 Gutter.	Longitudinell design. Bestående av undersøkelser når barnet var 12-13, 15, 18 og 26 måneder	MBQS Videoobservasjon, Observasjoner av MDI og EF Test.	Relasjonen mellom omsorgspersoner og barn spiller en viktig rolle i utviklingen av barns selvregulerende evner. Høy kvalitet på omsorgspersonens parenting predikerer bedre EF (kognitive evner som avhenger av hjernens styringsfunksjoner, blant annet evnen til regulering) hos barnet både på kort og lang sikt
7.	Sanghag Kim og Grazyna Kochanska	2012	<i>Child Temperament Moderates Effects of</i>	153 barn, sammen med sin mor og	Longitudinell design. Bestående	MRO Observasjon i forhold	Omsorgspersoners omsorg og parenting har større innvirkning

			<i>Parent-Child Mutuality on Self-Regulation: A Relationship-Based Path for Emotionally Negative Infants</i>	far. 51 Jenter og 102 Gutter	av undersøkelser når barnet var 7, 15 og 25 måneder	til emosjonelle uttrykksformer. Observasjon sammen med foreldre i manipulerte situasjoner. Kodet hvert 30. sekund	på barnets selvregulerings evner, enn barnets egne individfaktorer som negativt temperament. Små barn med negativt temperament ert først i risiko om det utsettes for fattige omsorgsmiljø.
8.	H. Abigail Raikes, JoAnn L. Robinson, Robert H. Bradley, Helen H. Raikes og Catherine C. Ayoub	2007	<i>Developmental Trends in Self-regulation among Low-income Toddlers</i>	2441 barn, sammen med deres mødre	Longitudinell design. Bestående av undersøkelser når barnet var 14, 24 og 36 måneder	BSID. HLM. Videoobservasjon av TTBT test.	Negativt Mor og barn interaksjonsmønstre og høy negativ aura hos barnet opptrer som risikofaktor for utviklingen av sofistikerte reguleringsevner.
9.	Dana Charles McCoy og C. Cybele Raver	2011	<i>Caregiver Emotional Expressiveness, Child Emotion Regulation, and Child Behavior Problems among Head Start Families</i>	97 Familier. Omsorgspersoner: 90 mødre, 5 fedre og 2 bestemødre. Barn: 56 jenter og 41 gutter)	En samvariasjons studie, som en del-studie av den longitudinelle studien Chicago School Readiness Project (CSRP)	Intervju med omsorgspersoner. Lærer rangering Spørreskjema, SEFQ. ERS. BPI. PSRA.	Omsorgspersonenes egne emosjonelle uttrykksform har signifikant påvirkning på barnets emosjonelle selvregulerings evne. Høy forekomst av negativ uttrykksform hos omsorgspersonene, fører til lav emosjonell selvregulerings evne hos barnet.

							Signifikante funn mellom foreldre som selvrapporterte høy grad av positive emosjonelle uttrykk(glede) og lav forekomst av aggresjon, sinne og trass hos barnet.
--	--	--	--	--	--	--	---