

Bornstein, Anna (2020). *Stillhet i barnehage og skole- steg for steg*. Oslo: Emilia forlag

Jeg har tidligere lest den originale teksten på svensk, og anbefalte den gangen da at boken burde bli oversatt til norsk. Av den grunn har jeg vært spent på hvordan den norske oversettelsen ville bli. Jeg kan avsløre med en gang at det her har blitt gjort en grundig og gjennomarbeidet oversettelse, noe som gjør at dette er en bok som kan anbefales til bokens hovedmålgruppe, personer som arbeider med barn og unge. Boken bidrar med kunnskap om hvordan barn og unge gjennom oppmerksomt nærvær, avslappingsteknikker, riktig bevegelse, god, vennlig berøring og felles refleksjon kan få en bedre hverdag med redusert stress. Ikke minst i den spesielle tiden vi lever i akkurat nå, med en verdensomspennende pandemi, blir det kanskje mer viktig enn noen gang at den neste generasjon lærer metoder for å ro ned, finne seg selv og forankre seg i noe (fra bokens forord).

Da jeg så omslaget på den svenske boken for første gang, reagerte jeg imidlertid med en viss skepsis. Formuleringen «Stillhet i barnehagen og skole - steg for steg» ga meg assosiasjoner til et av mange ferdiglagde pedagogiske programmer som både barnehage- og skolefeltet flommer over av i dag. For meg som barnehagepedagog stusset jeg også umiddelbart over om det er nødvendig med en egen metode for å utvikle barn i barnehagealder sin evne til indre stillhet. I den frie leken vil barn ut fra den nordiske tradisjonen med et helhetlig læringssyn være den beste arenaen for indre stillhet– hvis de får nok ro, tid, materiale og ikke for sterk inngripen fra voksne. Av den grunn stilte jeg meg i utgangspunktet spørrende. Men etter hvert som jeg leste, fikk jeg en ny forståelse som har gjort at jeg nå har endret syn.

Hovedårsakene til dette er at innholdet i boken ikke fremstår som et program som skal følges «til punkt og prikke». Selv om stillhetsmetodikken i Drømmen er delt inn i fire klare områder: 1) Stillhet, 2) Berøring 3) Refleksjon og 4) Bevegelse, gir metodikken rom for å integrere disse aktivitetene i det daglige pedagogiske arbeidet i barnehage og skole. Det gis også rom for et profesjonelt skjønn når det gjelder hvordan grupper av barn og elver skal settes sammen, hvilke aktiviteter som kan være aktuelle eller hvor lang tid de skal gjennomføres over. For meg er dette en styrke ved stillhetsmetodikken. Det er også en klar styrke at frivillighet er et grunnleggende prinsipp i forhold til om barn og elever skal delta i øvelsene eller ikke. Også en 1-åring i en barnehage skal ut fra dette etiske prinsippet ha lov til å la være å delta i øvelsen hvis de ikke ønsker.

Boken har til sammen 10 kapitler, der selve stillhetsmetodikken presenteres i kapittel 2. Her blir det vist hvordan hver av de fire områdene kan brukes både i barnehage, grunnskole og videregående skole. For meg som barnehagelærer, er det positivt at barnehagen har blitt viet så mye plass. I bøker der hele utdanningsløpet er representert, blir det ofte en overvekt av skolestoff. Metodikken presenteres i kapitlet gjennom erfaringer ulike personer har gjort. Dette skaper interesse, samtidig

som det er mange personer og steder å holde rede på. Det er derfor fint at øvelser og sitater fra barn og elever er innrammet i egne avsnitt, noe som skaper oversikt og ryddighet. I dette kapitlet og i flere av de andre er det også henvisninger til gjeldende lov og rammeverk for de ulike institusjonene i Norge. Ved å presentere dette, vises hvordan stillhetsmetodikken kan sees i relasjon til slike nasjonale føringer for barns oppvekst. Stillhetsmetodikken som presenteres i boken er også forskningsbasert, og bygger blant annet på hjertespesialist og professor i medisin ved Harvard, Herbert Benson sin forskning innen mind/body medisin og stressforskning, noe som bidrar til å styrke troverdigheten og relevansen i metodikken.

Boken er lettlest og har som nevnt mange fortellinger om både barn og elver og pedagogers erfaringer. Den har også mange flotte bilder som er gode illustrasjoner til boken tema. Samtidig er den skrevet med linjeavstand 1 og har et tettpakket innhold. Av den grunn kan det være nyttig å velge ut de kapitler en syns er mest interessante, og så lese disse først, som «De utsatte barna og elevene» (kapittel 5), eller «Stillhet, lederskap og personalets relasjoner» (kapittel 9). Boken avsluttes med kapittel 10 og «Drømmen om det gode i Norge». Her er det interessant lesing om hvor metodikken er prøvd ut, miljøer en kan ta kontakt med, og hvor en kan gå på kurs. I min forrige lesning av den svenske utgaven opplevde jeg at det til tider ble vel mye «markedsføring» av alt det fortreffelige ved «Drømmen om det gode». Jeg får den samme følelsen nå. Det hadde vært mer troverdig om det hadde blitt dempet noe ned, slik at metodikken i seg selv var nok. Likevel er hovedbudskapet og innholdet så viktig i denne boken, at den som sagt innledningsvis er svært aktuell å sette seg inn i for alle som arbeider med barn og unge. Les og lær, og la deg bli berørt av budskapet om betydningen av stillhet for å «...mobilisere vårt indre» og for å «...forbedre forutsetninger for å lære, for relasjonene og for den fysiske og psykiske helsen» (Anna Bornstein, s.14).

Knapstad, 2.11.20

Magritt Lundestad

Dosent, Institutt for barnehagelærerutdanning, OsloMet-storbyuniversitetet