



TRONDHEIM KOMMUNE
Tråanten tjielte

Foreldreaktiv tilvenning til barnehagen

Informasjon til foreldre



Innhold

Informasjon til foreldre	3
Hvorfor er god tilvenning viktig?	3
Hva er foreldreaktiv tilvenning?	3
Hva skjer i tilvenningsperioden? Før oppstarten	4
Besøk i barnehagen.....	4
Foreldremøte.....	5
Foreldresamtale	5
La kjente passe barnet	5
Kontaktpersoner i barnehagen.....	5
De første fem dagene i barnehagen	6
Dere bør fordele dagene	6
Oppholdstid den første uken	6
Plan for tilvenning.....	6
Tilvenningsdager med foreldre til stede	7
Dag 1	7
Dag 2	7
Dag 3	8
Dag 4	9
Dag 5	9
Den første tiden uten foreldre i barnehagen	10
Noen barn trenger mer	10
God start og slutt på barnehagedagen.....	10
Korte dager og rolige ettermiddager	11
Ta kontakt ved behov	11

Tilvenningsmodellen “Foreldreaktiv tilvenning til barnehagen” er utviklet for de yngste barnehagebarna gjennom et folkehelseprosjekt i Trondheim kommune; “Liten og ny i barnehagen”. RKBU Midt-Norge ved NTNU har hatt ansvar for evalueringen av prosjektet, og det har over mange år blitt samlet inn data fra foreldre og ansatte om hvordan de opplevde tilvenningsperioden. Basert på disse tilbakemeldingene og erfaringer fra barnehagene underveis, har tilvenningsmodellen som er beskrevet her utviklet seg.

Informasjon til foreldre

Hvorfor er god tilvenning viktig?

Når ettåringer begynner i barnehagen, er det ikke mulig å forklare dem hvordan denne første store overgangen i livet kommer til å foregå. De trenger derfor at dere foreldre og de ansatte samarbeider, slik at overgangen blir så smidig som mulig. En god tilvenning der barnet får tid og muligheter til å gjøre seg kjent sammen med dere foreldre, vil fremme trygge småbarn som kan trives, leke, utforske og lære i barnehagen.



Hva er foreldreaktiv tilvenning?

Foreldreaktiv tilvenning innebærer at dere foreldre har en aktiv rolle overfor eget barn i tilvenningsperioden. Det er dere som representerer trygghet for barnet og som derfor er best egnet til å støtte barnet når det nå skal bli kjent i et nytt miljø. Dere kjenner barnets uttrykk, behov og rutiner, og vet når barnet trenger trøst og nærhet eller når barnet er klar for lek og utforskning. I løpet av besøkene og tilvenningsdagene har dere mulighet til å dele denne kunnskapen om barnet med de ansatte. Det vil gjøre det lettere for dem å bli kjent med barnet.

Med foreldreaktiv tilvenning legger vi vekt på at dere får anledning til å hjelpe barnet med å bli kjent i barnehagen, og med ansatte og andre barn. Målet er at barnet gradvis erfarer at også barnehagen er et fint og trygt sted å være.

Hva skjer i tilvenningsperioden? Før oppstarten

Besøk i barnehagen

Foreldre og barn blir invitert til en times besøk i barnehagen cirka en gang i uken i løpet av våren. Også barn som begynner gjennom året blir invitert på noen besøk. Dere vil få tilsendt datoer for besøkene. Under besøkene vil dere møte ansatte som skal jobbe på barnets avdeling, og andre nye barn og deres foreldre. Besøkene vil handle om å bli kjent i barnehagen og med hverandre, ved å være sammen rundt barna. Besøkene gjennomføres inne på barnets avdeling eller på barnehagens uteområde.



Far til ettåring som har vært med i
“Liten og ny i barnehagen”:

“Jeg følte vi vant i Lotto når vi fikk delta på besøk. Barnet mitt fikk jo tyvstarte på barnehagestarten i ro og mak, og om høsten ble han bare glad for å se igjen barnehagen”

Foreldremøte

Barnehagen vil invitere til foreldremøte i løpet av våren. Møtet vil blant annet handle om små barns behov for trygghet og støtte ved barnehagestart, og hvordan oppstarten blir gjennomført fra dag til dag.

Foreldresamtale

Før oppstarten vil dere få tilbud om en foreldresamtale med en av barnets kontaktpersoner. Samtalen kan foregå i barnehagen eller hjemme hos dere. Noen gjennomfører den digitalt. Dere forteller litt om barnet (barnets døgnrytme, hva barnet liker

å leke med, hvilken mat barnet liker, hvordan barnet søker trøst) og kontaktpersonen gir informasjon om barnehagen og tilvenningen. Under foreldresamtalen er det også god mulighet for dere foreldre å stille spørsmål.

La kjente passe barnet

Hvis barnet ditt ikke er vant til å være sammen med andre enn dere foreldre, er det lurt å la andre kjente passe barnet av og til i tiden før barnehagestart. Da blir overgangen til barnehagen enklere. Da vil barnet få erfaringer med å si adjø til dere og ikke minst at dere kommer tilbake etter en stund.

Kontaktpersoner i barnehagen

Hver familie får en eller to kontaktpersoner som har et spesielt ansvar for å ta seg av «sine» barn og foreldre i forbindelse med barnehagestarten. I noen barnehager, der det begynner flere barn samtidig, etablerer vi smågrupper med for eksempel to kontaktpersoner og 3-4 barn med hver sin forelder.

Kontaktpersonen skal etablere en relasjon til barnet, slik barnet har en «trygg havn» når dere foreldre ikke lenger er i barnehagen. Det vil trygge barnet dersom dere foreldre også får et godt forhold til kontaktpersonen.

De første fem dagene i barnehagen

Dere bør fordele dagene

I de fleste barnehager er det kun plass til en forelder per barn per tilvenningsdag. Dere bør derfor fordele de fem dagene mellom dere, slik at begge får vært sammen med barnet under tilvenningen.

Plan for tilvenning

Under følger plan for tilvenningsdagene. Denne kan vi endre dersom vi ser at ditt barn har behov for det. Hvis barnet eller kontaktpersonene blir syke i forbindelse med barnehagestarten, kan det også bli behov for flere tilvenningsdager.

Mor til ettåring som var med i Liten og ny i barnehagen:

Det jeg liker med denne modellen er nettopp at barna får tid til å bli kjent og at vi ikke må gå fra dem så fort. Jeg har hatt tre dagers tilvenning før.

Oppholdstid den første uken

Oppholdstiden blir avtalt med kontaktpersonene fra dag til dag, blant annet basert på barnets døgnrytme. I utgangspunktet ønsker vi at barnet får anledning til å være relativt mye i barnehagen i løpet av de fem tilvenningsdagene, mens en av dere foreldrene er med og fungerer som barnets trygge base for utforskning av alt det nye. Hvis barnet blir sliten, avsluttes barnehagedagen tidligere. Blir det vanskelig å sove i barnehagen, kan det være en idé å ta med barnet hjem eller gå en tur, for så å komme tilbake senere på dagen.

Det beste for barnet er at dere er sammen i hele tilvenningsperioden, heller enn at de tidlig skal "øve seg" på å være uten foreldrene i barnehagen. Det fører svært ofte til mye gråt og uro. Det anbefales at dere eventuelt kan gå fra barnet en kort stund på dag fem, dersom det er greit for barnet, og at dette temaet er noe dere snakker med kontaktpersonene om.



Tilvenningsdager med foreldre til stede

Dag 1

Du er sammen med barnet hele tiden og har alt ansvar for barnet

- Barnehagen gir informasjon om oppmøtetid eller dere avtaler dette sammen på forhånd. En eller to kontaktpersoner vil ta imot dere i barnehagen.
- Denne dagen skal du være sammen med barnet hele tiden. Du skal bidra til at barnet får gjøre seg kjent i barnehagen på sitt vis og i sitt tempo. Du kjenner barnet og vet hvilken støtte barnet trenger i ulike situasjoner.
- Kontaktpersonene skal være sammen med dere og bli kjent med deg og barnet. Fortell kontaktpersonene om barnet ditt og barnets vaner. Da vil bli-kjent prosessen gå raskere.
- Det er du som hjelper barnet i de praktiske situasjonene som måltid, stell og legging. En av kontaktpersonene er sammen med dere og kan dermed se hvilke rutiner barnet er vant til. Vi vil også forklare deg om barnehagens dagsrytme, slik at du får et godt innblikk i hvordan barnehagedagen fungerer. Still spørsmål om alt du lurer på.
- Du og kontaktpersonene avtaler når det er på tide å gå hjem. Noen foreldre ønsker å ha en litt kortere dag denne første dagen, andre ønsker å være lenger. Det viktigste er at dagen blir god for barnet.
- Før dere går hjem, oppsummerer vi dagen og avtaler tid for oppmøte neste dag.

Dag 2

Du er sammen med barnet hele tiden og har alt ansvar for barnet

- Dere blir tatt imot av en av kontaktpersonene og har en kort samtale om hva som skal skje denne dagen. Du skal være sammen med barnet hele tiden og ta ansvar i alle praktiske situasjoner. Kontaktpersonene vil være sammen med dere hele dagen.
- Det er du som kjenner barnet ditt best, og vet hvordan barnet uttrykker sine behov og ønsker. Ved å «oversette» dette til kontaktpersonene, blir det lettere for dem å bli kjent med barnet. For eksempel kan du si «Når hun har det uttrykket, er hun litt skeptisk», «Nå ble han litt redd, han liker ikke slike høye lyder», «Når hun er utrygg, kan hun dytte».
- Når barnet viser interesse for leker, kontaktpersonene, andre ansatte eller andre barn, vil det føles trygt for barnet at du støtter denne kontaktetableringen og utforskningen. Du kan for eksempel sette ord på det barnet gjør: «Ja, det er Pia. Se, hun smiler til deg. Hun skal være sammen med deg i barnehagen», «Oi, det var en stor ball. Du triller den bort over gulvet. Kom så henter vi den».
- På slutten av dagen har du en kort samtale med kontaktpersonene om hvordan dagen har vært for deg og barnet, og avtaler oppmøtetid for neste dag.

Dag 3

Kontaktpersonene tar over en eller noen av oppgavene med barnet, men du er fortsatt til stede hele dagen

- Dere blir tatt imot av en av kontaktpersonene og har en kort samtale om hva som skal skje denne dagen. Hvis du har kommet på noe du undrer deg over, så still spørsmål!
- Nå vil kanskje barnet ditt være klar for å bevege seg litt mer bort fra deg som forelder. Hvis det er ok for barnet, kan du sitte i ro på gulvet og la barnet komme og gå etter eget ønske. På den måten vil barnet kunne søke støtte og hjelp fra deg ved behov, men også utforske omgivelsene litt mer på egen hånd. Vis interesse for det barnet er opptatt av og gi barnet oppmuntrende kommentarer. Kontaktpersonene tar ansvar for barnet når hun eller han beveger seg bort fra deg. Det kan være en fin anledning for dem til å bli litt mer kjent med barnet. Noen barn er imidlertid ikke klare for å slippe taket i foreldrene ennå. Hvis det gjelder ditt barn, følger du etter barnet og gir barnet den støtten som det trenger.
- I dag kan dere prøve å la en av kontaktpersonene overta ansvaret for barnet i en eller flere av rutinesituasjonene, for eksempel stell eller måltid. Du er til stede, men holder deg i bakgrunnen. På den måten signaliserer du til barnet at det er helt greit at kontaktpersonen tar hovedansvaret, samtidig som du har mulighet til å bistå eller overta situasjonen hvis det trengs.
- Dersom det er greit for barnet, kan du gjerne delta i noen praktiske gjøremål på avdelingen. Da er du fortsatt i nærheten, men barnet er ikke hovedfokus. For noen barn letter det deres utforskning av barnehagen.
- Du har en kort samtale med en av kontaktpersonene på slutten av dagen om hvordan det går med tilvenningen. Mange foreldre kjenner på usikkerhet eller bekymring. Sett ord på det du tenker og still de spørsmålene du har. Før dere går, avtaler dere oppmøtetid for neste dag.



Dag 4

Du overlater mer ansvar til kontaktpersonene, men er i nærheten av barnet hele dagen

- Du og barnet blir tatt imot av en av kontaktpersonene. Dere har en kort samtale om planen for dagen.
- Hvis det går greit for barnet, holder du deg mer i bakgrunnen i dag. For eksempel kan du sitte inntil veggen i stedet for midt på gulvet, eller du kan holde på med en aktivitet ved et bord eller i kjøkkenkroken. Da kan barnet søke til ansatte og andre barn, samtidig som du er tilgjengelig. Det at du er i rommet og representerer en trygghet for barnet, kan føre til at barnet blir mer utforskende enn om du forlater rommet.
- Kontaktpersonene tar hovedansvar for barnet, både i lek og rutinesituasjoner, hvis dette er ok for barnet. Hvis ikke, blir dere enige om hvem av dere som skal gjøre hva i de ulike situasjonene gjennom dagen.
- Hvis en av kontaktpersonene legger barnet, kan hun eller han også ta opp barnet etter søvnen denne dagen. Dette er ofte en fin stund med mulighet til kontakt og nærhet. Du kan da vente en liten stund før du går inn på avdelingen. På den måten får barnet en positiv erfaring med å være i barnehagen sammen med kontaktpersonen, uten at du er til stede.
- Du har en kort samtale med kontaktpersonene om hvordan dagen har vært og avtaler oppmøtetid for neste dag.

Dag 5

Kontaktpersonene tar det meste av ansvaret for barnet. Du er i nærheten, men kan være litt i bakgrunnen

- Du og barnet blir tatt imot av en av kontaktpersonene og planen for dagen blir gjennomgått. Still spørsmål ved behov.
- Du fortsetter å holde deg noe i bakgrunnen også denne dagen, slik at barnet har mest mulig kontakt med kontaktpersonene og andre barn. Barnet skal vite hvor på avdelingen du er.
- Kontaktpersonene er sammen med barnet og jobber for å etablere positivt samspill i alle typer situasjoner. De tar i utgangspunktet ansvar for alle rutiner med barnet denne dagen.
- Din rolle på dag 5 er å representere trygghet for barnet og vise barnet at du synes det er positivt at barnet har kontakt med andre barn og de ansatte. Hvis barnet trenger deg, gir du barnet hjelp og støtte. Mange små barn trenger for eksempel støtte til å leke med andre barn.
- Hvis du og kontaktpersonen er enige om at det er OK for barnet, kan du forlate avdelingen en liten stund (cirka 15-20 minutter) på ettermiddagen denne dagen. I tilfelle avtaler du med kontaktpersonen hvordan dere skal gjennomføre avskjeden og når du skal komme tilbake.
- På slutten av dagen drøfter dere tilvenningsprosessen og avtaler hvordan bringe- og hentesituasjonen neste dag skal .

Den første tiden uten foreldre i barnehagen

Noen barn trenger mer

Barn er forskjellige, og noen vil trenge mer enn 5 tilvenningsdager før de er klare til å være i barnehagen uten foreldre. Ta det opp med kontaktpersonene hvis du mener ditt barn trenger flere tilvenningsdager. Barnehagen vil da tilpasse seg dette. Lytt til kontaktpersonene dersom de mener at barnet ditt trenger dere der i flere dager.



God start og slutt på barnehagedagen

I løpet av tilvenningsdagene har dere snakket med kontaktpersonene om hvordan levering om morgenen og henting om ettermiddagen bør gjennomføres. Når foreldre og ansatte samarbeider godt i disse situasjonene, får barnet en god start og slutt på barnehagedagen. Relativt faste rutiner fungerer generelt best for små barn. Det kan for eksempel være hva dere skal gjøre når dere kommer til barnehagen om morgenen og hvordan dere skal si adjø. Ta hensyn til barnets dagsform.

Mange små barn protesterer eller blir lei seg når foreldrene går fra dem om morgenen, noe foreldre flest opplever som vanskelig. Men selv om barna kan gråte når dere foreldre går, er de ofte raskt i gang med lek eller utforskning etterpå. Be de ansatte fortelle dere hvordan barnet pleier å være og hva hun eller han pleier å gjøre etter at dere har gått, slik at dere blir trygge på at barnet får den støtten som trengs. Si fra til kontaktpersonene hvis dere føler på usikkerhet når dere leverer om morgenen.

Ved henting skal barnehagedagen avsluttes på en god måte. Noen barn kommer løpende mot foreldrene, andre ser knapt opp fra leken de holder på med, mens atter andre kan begynne å gråte eller vise frustrasjon. Vis uansett at du er glad for å se barnet igjen, snakk med ansatte om hvordan dagen har vært og hjelp barnet med å si adjø til de ansatte og de andre barna.

Korte dager og rolige ettermiddager

De fleste små barn blir slitne den første tiden i barnehagen. Det er mange nye inntrykk å ta inn og barna vil kjenne på savn etter dere foreldre. Noen barn blir mer klengete, sutrete eller frustrerte etter barnehagedagen. Noen vil også streve med mat og søvn. Alt dette handler om at barnet bruker mye energi på å fordøye nye inntrykk og forstå den nye livssituasjonen sin. Hvis det er mulig for dere, er det derfor en fordel om barnet kan ha kortere dager i barnehagen i starten. Det vil gjøre overgangen fra hjem til barnehage smidigere for barnet.

Vi anbefaler at tiden på ettermiddagen i så stor grad som mulig blir brukt til samvær med barnet. Det kan gjerne handle om å ta barnet med på oppgaver som matlaging og rydding, men pass på at det også blir tid til kos og nærhet. Barnet trenger å roe seg ned sammen med dere etter en dag med mange opplevelser og inntrykk. Det er også viktig med gode kveldsrutiner og en fast leggetid, slik at dagen får en rolig avslutning og barnet får nok søvn. Snakk med kontaktpersonene eller helsesykepleier hvis dere trenger råd om mat, kveldsrutiner og søvn. Det er vanlige problemer i småbarnsalderen og de blir ofte forsterket i en periode i forbindelse med barnehagestarten.

Ta kontakt ved behov

Hvis dere kjenner på usikkerhet eller får nye spørsmål etter at selve tilvenningsperioden er over, kan dere be om en samtale med kontaktpersonen eller pedagogisk leder.

På ntnu.no/rkbu/litenogny ved RKBU Midt-Norge er det lagt ut diverse materiell om en god overgang fra hjem til barnehage for de yngste barna.



Trondheim kommune
Oppvekst og utdanning
Postboks 2300 Torgarden
7004 Trondheim

www.trondheim.kommune.no

m1859 • februar 2024

