

## Tilvenning i barnehagen

Her finner dere informasjon om tilvenningen i barnehagen, både teoretisk og praktisk. Håper det kan være til god hjelp for dere som skal sende det kjæreste dere har i barnehagen.

Viktig å tenke på at tilvenningen kan være utfordrende og vanskelig samme hvilken alder barnet har, også for barn som har gått i barnehage før.



## De første dagene

De første dagene er viktige for å danne et godt grunnlag for trygg og god tilknytning til personalet. Slik får vi en god oppstart. Både foreldre og personalet må bruke god tid, slik at barnet kan føle seg så trygg som mulig i de nye omgivelsene. Det er dere som foreldre som er den "trygge basen" for barnet deres disse dagene. Det er derfor viktig at dere er tilstede og ikke går ut av rommet, eller vandrer rundt på avdelingen. Det blir fort forvirrende og utrygt for barnet. Vi ønsker at dere sitter på et bestemt sted på gulvet. Da kan barnet gå rundt og utforske fritt uten at det trenger å holde styr på hvor foreldrene er til enhver tid. Barnet kan lett komme tilbake og få påfyll av trygghet og kos.

Vi ønsker at dere som foreldre skal være aktivt med i tilvenningen. Det er i hovedsak dere som har ansvar for deres barn de første dagene. Det vil si at det er dere som skifter bleie, gir barnet mat, og kler på barnet i garderoben. Vi er selvsagt også med, men det er tryggest for barnet dersom dere gjør det selv de første dagene. Vi ønsker også at dere er aktivt med i leken med barnet deres. Ved at dere har hovedansvaret de første dagene, og vi er litt på sidelinjen, kan vi se på hvordan barnet samspiller, kommuniserer og reagerer på ulike situasjoner. Barnet får mulighet til å venne seg til omgivelsene og de andre barna med deg som ein trygg base. Barnet får også på denne måten se at mor/far snakker og samarbeider med oss voksne på en god måte. Det viser barnet at mor/far er trygge på oss, noe som gjør det lettere for barnet å søke trygghet hos oss etter hvert som de skal være alene i barnehagen.

Vi vil anbefale at dere ser an barnet deres og bruker den tiden barnet trenger på tilvenning. Dette vil være individuelt. Bruk god tid, da nyere forskning viser at det er svært viktig for ein god oppstart. Her er en god dialog med personalet viktig. Det er dere som kjenner barnet deres best, og ser hva som er nødvendig. Bruk gjerne besteforeldre, onkler/tanter eller andre som kjenner barnet godt til å gjøre dagene i barnehagen litt kortere den første tiden.

Det er ønskelig at det bare er mor eller far som er med barnet i tilvenningen. Det er mange barn som skal bli trygge samtidig, og da gjør en det mer forvirrende og usikkert for barna hvis det er flere voksne enn nødvendig i rommet. Håper dere har forståelse for det.

#### Når mor/ far skal gå fra barnet

Det er viktig at barnet får en gradvis tilvenning i barnehagen, derfor er det lurt at de første dagene etter tilvenningsperioden er kortere – hvis det er mulig. Vi anbefaler også at barnet kommer i barnehagen hver dag den første tiden, til det virker trygt, har fått innarbeidet rutiner, og fått forståelse av at det er her jeg skal være, og at mor/ far kommer tilbake igjen. Dette gjør hverdagen mer forutsigbar for barnet, noe som igjen gjør det lettere for barnet å bli trygg i barnehagen. Informer personalet hvilket klokkeslett dere kommer og henter. Dette vil vi bruke for å hjelpe barnet gjennom dagen, og når vi forteller hva som skal skje før det blir hentet.

Det er bra om dere som foreldre forbereder barnet i god tid om at noe nytt skal skje. Forberedelser i forbindelse med overgangssituasjoner og farvel har mye å si for barnet.

Dette kan dere gjøre for å forberede barnet:

- Samtale med barnet om barnehagen. Vær positiv, men snakk sant. Her skal du leke og ha det bra. Mor/far skal være med de første dagene, så skal mor/far gå på jobb og du skal være i barnehagen.
- Ha bilde av personalet og barnehagen tilgjengelig for barnet. Viktig for barnet å ha noe konkret. Ha samtaler ut fra bildene.
- Dra på tur for å leke på barnehagens lekeplass utenfor barnehagens åpningstid. Da blir barnet kjent med området, og vil kjenne det igjen.
- Lag til «Meg selv boka/huset». Lim inn bilder og ha den klar til oppstarten.
- Avtal gjerne med personalet om besøk i barnehagen. Alle får tildelt ein besøksdag, men kom gjerne flere ganger før oppstart.

#### Avskjeden

Tårer og såre avskjeder skjer svært ofte i oppstarten. Dette kan være like vanskelig for dere som foreldre som for barnet, noe vi har full forståelse for. Det er viktig å gjennomføre avskjeden, selv om det kan være tøft. Har dere sagt hadet og skal gå, må dere gjennomføre dette. Det blir bare mer forvirrende for barnet hvis avskjeden blir dratt ut for å prøve å unngå tårene. ( se eget skriv: " Du må tåle tårene")

Husk: Foreldre skal alltid si fra når de går fra barnet. Ikke avled et barn selv om det kjennes bedre for dere foreldre/personalet at barnet ikke gråter når dere går. Om dere bare forsvinner

uten å si i fra kan det bli utrygt og vanskelig for barnet. Dersom dere er usikre, blir barnet usikkert og tilvenningsfasen tar lengre tid. Det betyr ikke at det ikke er lov å være usikker, men snakk med personalet om det, ikke barnet. Vi vil holde dere oppdaterte på hvordan det går med barnet gjennom sms/mykid hvis dere ønsker det.

Etter tilvenningsperioden kan det fremdeles være veldig sårt for noen barn når mor eller far går, barnet er ikke helt trygt i barnehagen. Plutselig er ikke alt like spennende lenger, men kanskje litt nifst nå som ikke mor/ far er der. Barnet har mye nytt å forholde seg til, mange nye voksne/ barn, mange nye leker, rom og rutiner. Det er viktig at barnet får tid til å bli kjent med alt dette nye, og at vi voksne forstår at den første tiden kan være utfordrende for barnet. Ha lite planer på ettermiddagstid, og sett av tid til kvalitetstid med barnet ditt.

### Overgangsobjekt

Et overgangsobjekt er et symbol som står for noe annet. Det er et symbol på samspillsopplevelser og nærheten barna har til omsorgspersonene sine. Det minner barna om det de savner; f. eks mor og far. Det representerer trygghet, nesten som om mor eller far er der. Overgangsobjektet blir mest brukt i situasjoner som sorg, savn, når barnet skal sove, er lei osv.

NB! Dersom barnet blir presset til å klare seg uten overgangsobjektet før det er klart for det, kan barnet bli utrygt. Ta derfor med tutt, kosefyller, bamse osv.. Det har stor betydning for barnet, og barnets behov for trøst.

Husk at alle barn er forskjellige; noe trenger ekstra lang tid på å bli trygge i barnehagen, mens andre er trygge etter kort tilvenning.

### Primærkontakt/tilknytningsperson

Hvert barn har sin egen primærkontakt. En primærkontakt vil si at barnet har en fast voksen som er sammen med barnet i situasjoner som måltid, bleieskift og legging. På den måten blir primærkontakten og barnet godt kjent, og barnet får mulighet til å etablere en nær relasjon til en bestemt voksen. Det er primærkontakten som skal være sammen med barnet og mor/far dei første dagene i barnehagen. Primærkontakten vil også bruke tid på å snakke med mor/far.

Det kan bli endringer i hvem som er primærkontakt for ditt barn. Har barnet god kjemi og knyt seg bedre til en annen voksen enn den som er primærkontakten, vil vi alltid bytte for å gjøre det som er det beste for barnet.

### Praktiske opplysninger

- Ta med tutt, kosefille, eller det overgangsobjektet barnet ditt bruker.

- Alle klær må merkes med navn.
- Ta med bleier og skift til å legge i hylla.

Dette ønsker vi skal ligge i skiftekurven:

- Body
- Strømpebukse
- Truse/bleier
- Sokker
- Bukse
- Genser
- T- skjorte
- Kortbukse
- Solhatt/ caps
- Tynn lue
- Regnklær, støvler og dress. Lurt å starte med en vårdress i august, fint om den tåler litt vann.

Dette er klær som er praktiske når barnet begynner i august. Deretter må en følge med på været og temperaturen, og ta med varmere klær når det trengs.