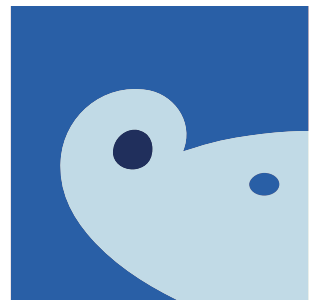
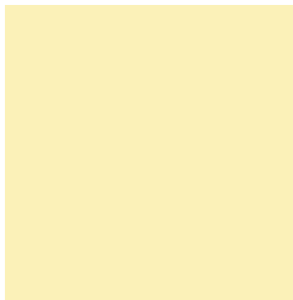


Trygg start i Sandnesbarnehagene



Tilvenningsrutiner i Sandnesbarnehagene

Vi ønsker å gi alle barn en god start på barnehagelivet ved å legge til rette for en trygg tilvenning. Dette innebærer å hjelpe barna med å etablere tillitsfulle relasjoner med personalet før de begynner å være i barnehagen uten foreldrene. Et nært samarbeid mellom barnehagen og dere som foreldre er viktig for å sikre en vellykket og trygg start i barnehagen.

Hvorfor er god tilvenning viktig?

Når de yngste barna 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 personalet samarbeider til barnets beste, slik at overgangen blir så smidig som mulig. Målet er at barnehagen blir et positivt tilskudd i barnets liv og som gir barna mange nye muligheter for tilhørighet, trivsel, utvikling og nye vennskap. 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.

Studier viser at de første ukene i barnehagen kan være spesielt stressende for småbarn. Forskning (Drugli et.al 2021) har målt nivået av stresshormonet kortisol hos barn i løpet av barnehagedagen, og resultatene indikerer at stressnivået er lavere når foreldrene er til stede. Derfor er foreldrenes rolle avgjørende i denne perioden. Vi tar hensyn til denne forskningen ved å tilrettelegge for at foreldrene kan være til stede i barnehagen de første dagene, og vi tilpasser tilvenningsprosessen etter barnets behov og reaksjoner.

Våre mål for tilvenning i barnehagen er å skape trygghet for alle barn, samt at både barn og foreldre opplever seg sett og lyttet til.

Tiden før oppstart

Besøksdager

I tiden før oppstart vil dere bli invitert til flere besøksdager i barnehagen. Da blir barnet og dere foreldre invitert inn på avdelingen for lek, samling og for å bli kjent med de ansatte og andre nye barn og foreldre. Besøkene vil vare en time. **Jo flere slike besøksdager dere klarer delta på, jo bedre vil det bli for barnet** når tilvenningen starter. Dere vil også få utdelt bilder av personalet som dere kan se på sammen med barnet og samtale om barnehagen før oppstart.

Foreldremøte for nye

Alle nye foreldre blir invitert til foreldremøte før oppstart. Her forteller vi om tilvenningsrutinene våre, barnehagens satsningsområder, våre rutiner mm. Det er også en god anledning til å treffe andre foreldre og å få svar på spørsmål en lur på.

Uformelle besøk

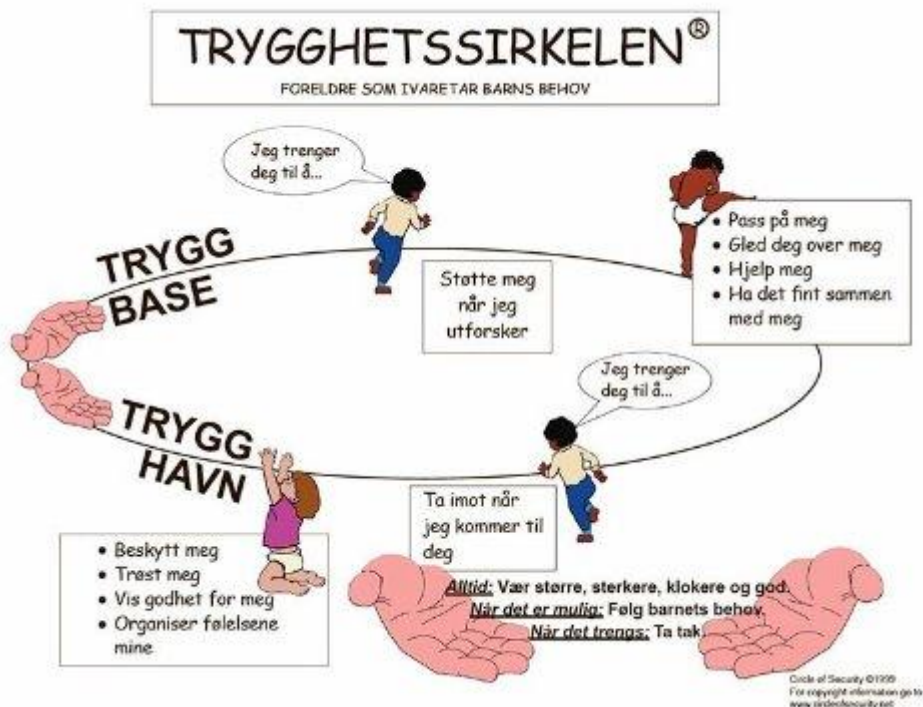
Vi anbefaler, og legger til rette for, uformelle besøk i barnehagen i tiden før oppstart. Da kan dere komme på besøk med barnet, men selv ta alt ansvar for eget barn. Det er fint om dere først avtaler med avdelingen dersom dere ønsker å komme. Vi har god erfaring med å bruke uformelle besøk også som en del av våre tilvenningsrutiner og barnet får da enda bedre mulighet for å bli trygg før tilvenningen starter.

Foreldreaktiv tilvenning

I foreldreaktiv tilvenning har dere foreldre en aktiv rolle i barnets tilvenningsprosess. Dere representerer en trygghet for barnet og er derfor best egnet til å støtte barnet når det skal utforske et nytt miljø slik barnehagen er.

Med deres kjennskap til barnets følelsesuttrykk, behov og rutiner kan dere gi trøst og nærhet når det trengs, og oppmuntre til lek og utforskning når barnet er klar for det. Gjennom besøk og tilvenningsdager har dere mulighet til å dele denne verdifulle kunnskapen med personalet, noe som vil gjøre det lettere for de ansatte å bygge relasjon med barnet deres.

Med foreldreaktiv tilvenning legger vi vekt på at dere får muligheten til å hjelpe barnet med å bli kjent i barnehagen, både med personalet og med andre barn. Målet er at barnet gradvis opplever barnehagen som et trygt og godt sted å være.



Trygghetssirkelen

Vi bruker trygghetssirkelen som et verktøy for å forstå og møte barnas behov i tilvenningsperioden. Her kan du lese mer ; [What is the Circle of Security - Circle of Security International](http://www.circleofsecurity.net)

Trygghetssirkelen

Trygghetssirkelen illustrerer hvordan barn beveger seg mellom å søke trygghet og å utforske.

Trygg havn: barnet trenger en trygg havn å vende tilbake til når de er usikre eller trenger støtte. I starten er alltid foreldrene barnets trygge havn, men etter hvert vil tilknytningspersonene også fungere som en trygg og sikker havn for barnet.

Når barnet føler seg trygt, vil det naturlig utforske verden rundt seg. Barnet vil returnere til den trygge havnen for å få bekreftelse og støtte når det trenger det.

Vær tilstede og tilgjengelig for barnet ditt når det trenger støtte; det gir barnet trygghet og oppmuntring til å utforske.

Oppmuntre barnet til å utforske og prøve nye ting, samtidig som du gir det trygghet til å komme tilbake når det trenger det.

Ved å forstå og bruke trygghetssirkelen kan vi hjelpe barna med å utvikle en sunn balanse mellom trygghet og utforskning. Dette vil støtte barnets emosjonelle og sosiale utvikling både i overgangen og i fremtiden.



5 dagers tilvenning

Å begynne i barnehagen er den første av mange overganger i barnets liv. Nyere forskning (Drugli 2020) viser at tilvenning til barnehagen går langt bedre når en foresatt er tilstede i barnehagen over flere dager.

Vi ønsker at en av dere foreldre setter av **minimum 5 dager** til tilvenningen, men noen barn kan også ha behov for flere dager. Ved å være tilstede over tid vil både barnet og dere opprette en bedre og tryggere relasjon til personalet før barnet skal være alene. Dere vil i tillegg få anledning til å bli godt kjent med andre barn og deres familier samt hverdagen i barnehagen.

Tilvenning over flere dager

Kontaktperson

Hver familie får **1-2 kontaktpersoner** som har et spesielt ansvar for å ta seg av “sine” barn og foreldre i tilvenningsperioden. Kontaktpersonen skal etablere en relasjon til barnet slik at barnet har en trygg havn når dere foreldre ikke lenger er i barnehagen.

Tilvenning i grupper

Vi har tilvenning i **faste grupper med 3-4 barn og 1-2 kontaktpersoner**. Når barn starter i løpet av året vil vi danne ei gruppe med barn som allerede går i barnehagen. På den måten får barnet mulighet til å danne relasjoner til noen få i starten, noe som gjør det tryggere for barnet

Tilvenning i grupper gjør at barna knytter et sterkere bånd seg i mellom, og i tillegg får også foreldre anledning til å bygge en god relasjon og tilhørighet til andre barn og foreldre.

Å ha tilvenning i grupper med to tilknytningspersoner gjør også tilvenningen mindre sårbar da barna knytter relasjon til to ansatte samtidig.

Plan som kan tilpasses

I det følgende beskrives en plan for de fem første dagene i barnehagen. Det understrekes at denne planen kan endres og tilpasses behovene til det enkelte barn. Noen barn vil ha behov for flere dager for å finne seg til rette og dette vil være noe dere snakker med kontaktpersonene om fra dag til dag. Hvis barnet eller kontaktpersonene blir syke i forbindelse med barnehagestarten, kan det også bli behov for flere tilvenningsdager.

Dere bør fordele dagene

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

Tilvenningsdager med foreldre tilstede

Dag 1 og 2

- Kontaktpersonen er tett på barnet og foreldrene
- Foreldrene er sammen med barnet hele tiden og har alt ansvar for barnet
- Barnet legges til å sove i barnehagen ved behov

Dag 3

- Kontaktpersonen er tett på barnet og foreldrene
- Foreldrene er sammen med barnet hele tiden og har alt ansvar for barnet
- Dersom barnet virker klar kan kontaktperson gradvis ta over litt ansvar etter avtale med foreldre
- Barnet legges til å sove i barnehagen. Tilvenningen fortsetter etter hvilen

Dag 4

- Kontaktperson tar gradvis over mer ansvar for barnet
- Foreldre holder seg litt mer i bakgrunnen, men er likevel tilgjengelige for barnet sitt.

Dag 5

- Kontaktperson tar hovedansvar for barnet, men foreldre er i nærheten
- Dersom barnet er klar for det kan kontaktpersonen legge barnet. Tilvenningen fortsetter etter hvilen

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 for å være i barnehagen uten foreldre. Hvis du mener ditt barn trenger flere tilvenningsdager, ta det opp med en av kontaktpersonene. Lytt også til det kontaktpersonene sier, hvis de mener barnet trenger at en av dere er der flere dager.

God start og slutt på barnehagedagen

I løpet av tilvenningsdagene har dere snakket med kontaktpersonene om hvordan bringsituasjonen om morgenen og henting om ettermiddagen bør gjennomføres. Barnet vil trenge at dere og personalet samarbeider godt i disse situasjonene, slik at barnehagedagen får en god start og slutt. Relativt faste rutiner, for eksempel for hva dere skal gjøre når dere kommer til barnehagen om morgenen og hvordan dere skal si adjø til barnet, fungerer generelt best for små barn, men det er også viktig å 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 en stund etterpå. Be personalet 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 rundt bringsituasjonen 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 personalet om hvordan dagen har vært og hjelp barnet med å si adjø til de ansatte og de andre barna.

Den første tiden uten foreldre i barnehagen

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 av dere foreldre. Noen barn blir mer klengete, sutrete eller frustrerte etter barnehagedagen. Noen vil også streve med mat og søvn fordi det er så mange nye inntrykk å fordøye. Alt dette handler om at barnet bruker mye energi på å bearbeide 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.

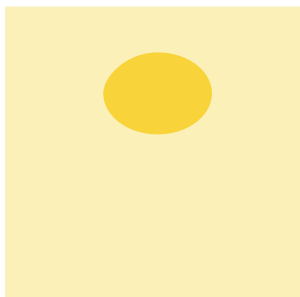
Det anbefales videre at tiden på ettermiddagen i så stor grad som mulig tilrettelegges for samvær med barnet. Det kan gjerne handle om å ta barnet med på oppgaver som matlaging og rydding, men pass på at det også blir tid til kos og nærhet. Barnet trenger å få roe seg ned sammen med dere etter en dag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

Ta kontakt ved behov

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



SANDNES
KOMMUNE



Takk til:

Universitetet i Stavanger

Skeianebarnehagene

"Liten og ny i barnehage"

Jåttå barnehage

