**Tips om tilvenning i barnehagen**

Her er Hanne Kvaløsæters — barnehage.no \s ekspert på barnehagepedagogikk — tips til hvordan tilvenningsperioden kan bli en god opplevelse.

– Målet for tilvenningsperioden er ikke å trene opp barn og foreldre til å si «ha det» til hverandre, men å gjøre både barn og foreldre så trygge på barnehagen at det oppleves greit å skilles. Hvor lang tid dette tar, og hvordan denne tryggheten oppnås, er forskjellig fra familie til familie, sier Kvaløsæter.

De første dagene

De fleste arbeidsplasser gir foreldre rett til tre dager permisjon med lønn for tilvenning av barn i barnehage. Hvor raskt barn tilpasser seg til livet i barnehagen varierer, men det er lurt å sette av minimum tre dager til tilvenningen.

Før et nytt barn begynner i barnehagen må også barnehagen være godt forberedt. Det er en fordel om barnet som begynner får en trygg og god primærkontakt, og denne bør sette av god tid til det nye barnet og foreldrene. Slik kan tilvenningen bli en god og positiv opplevelse for alle sammen.

DAG 1 (Varighet: 2-3 timer)

Det er best om foreldrene holder seg i nærheten av barnet og er tilgjengelige hele tiden. Det er også en god idé at de deltar aktivt i introduksjonen av det nye miljøet. Foreldrene bør selv stelle barnet den første dagen, og sitte sammen under måltider, aktiviteter og lek.

For personalet i barnehagen er det nyttig å se barnet sammen med sine foreldre. Det gir informasjon om blant annet barnets vaner og måte å kommunisere på, og denne informasjonen vil senere bidra til å gjøre barnets hverdager i barnehagen bedre i fortsettelsen.

DAG 2 (Varighet: 4-5 timer)

Personalet overtar mer av ansvaret for barnet, men foreldrene er fremdeles med på stell, måltider og legging av barnet. Andre dag er det tid for å forlate barnet alene sammen med personalet — men man er gjerne ikke lenger unna enn pauserommet.

Dette kan være en god dag for en samtale mellom foreldrene og barnehagen. Her planlegges blant annet hvor lenge den tredje dagen skal vare — alt etter hvor godt tilvent barnet allerede er. Noen barnehager venter med oppstartsamtalen til etter at tilvenningen er gjennomført.

DAG 3 (Varighet: Etter avtale)

Det er tid for å forlate barnet i barnehagen. Hvor lenge en skal være borte avtales på forhånd, men det kan være smart å være så lenge borte at barnet både har rukket å spise, sove og leke. Men vær alltid tilgjengelig slik at barnehagen lett kan komme i kontakt.

For mange oppleves det vanskelig å overlate barnet til noen man ikke kjenner. De fleste foreldre føler usikkerhet i forhold til om de gjør det rette for barnet, eller om barnet vil trives i barnehagen. Mange barnehager har som praksis å ringe foreldrene etter en stund for å fortelle hvordan barnet har det i barnehagen.

Den første og vonde avskjeden

Ikke vis usikkerhet

Fortell barnet at du skal gå — og gå når du har sagt at du skal gjøre det. Viser du usikkerhet blir barnet usikkert, og tilvenningsperioden kan ta lengre tid. Det er viktig at barnet får erfaring med at foreldre ikke går før de sier fra — og at de kommer tilbake etter en tid.

Ikke snik deg ut

Ikke la deg friste til å snike deg ut uten at barnet merker det. Det kan gjøre barnet utrygt. Barnet skal erfare at foreldrene går, og at de kommer tilbake. Det skaper forutsigbarhet for barnet.

Ikke blir for lenge

Blir du værende i barnehagen i timevis. Da kan barnet tro at også du skal være i barnehagen, noe som også kan være med å forlenge tilvenningsperioden.

Hva om barnet gråter?

Om du forlater et barn som gråter og klamrer seg fast til deg, er det ikke unaturlig å føle seg som en dårlig forelder og tenke at barnehage var en dårlig idé. Erfaringene i barnehagene tilsier at barnets gråt stilner like etter at foreldrene har dratt. Men det kan gjøre godt å ringe barnehagen for å høre hvordan det har gått etter at man har forlatt et gråtende barn.

Gode relasjoner

At barnet ser at foreldrene er trygge på de voksne i barnehagen, kan gjøre det lettere å godta at foreldrene forlater barnehagen.

Ha utstyret i orden

Her er noen tips om hva barna bør ha med seg for å trives godt i barnehagen.

Skiftetøy

Barnet bør ha to hele skift i barnehagen til enhver tid. Følg nøye med på at dette er i orden.

Sko til innebruk

Åpne, stødige sandaler som sitter godt på foten. Sklisikre såler anbefales.

Vanntette sko

Gore Tex-sko er bra til utendørs bruk. Regner det skikkelig er støvler best.