



**BØRNS
VILKÅR**

En tryk start i vuggestue og dagpleje

Inspirationshæfte

“Jeg brænder sådan for den opstart, for det er dér, vi lægger grundlaget for alt, for leg og for læring. Ingen lærer noget, hvis de ikke er trygge, så vi *skal* lykkes med opstarten.”

/ Pædagogisk leder i vuggestue

Tryghed er kernen, når alt er nyt

Når et lille barn skal starte i vuggestue eller dagpleje, er det forældrene, som er barnets sikre base. I løbet af opstarten er målet, at barnet skal lære én eller flere voksne i dagtilbuddet så godt at kende, at de også kan fungere som barnets sikre base. Derfor er det vigtigt, at både barnet og forældrene får god tid til at finde sig til rette i de nye omgivelser. Men hvad betyder det i praksis?

Dette hæfte er til dig, der er leder, pædagog eller på anden vis arbejder i og med dagtilbud.

Her kan du finde inspiration til, hvad I kan gøre for at skabe tryghed for det nye barn og dets forældre, samt hvordan man kan organisere opstarten med fokus på tryghed og omsorg.

God fornøjelse!

Gør indkøring til tilknytning

Børn har brug for omsorg til at finde tryghed, nærhed og mod til at udforske verden omkring sig.

Når et lille barn begynder i vuggestue eller dagpleje, er der helt naturligt brug for meget nærvær og fysisk kontakt fra de voksne. Barnet skal finde ud af, hvem der kan hjælpe, trøste og værdsætte det og opleve, at andre end forældrene kan gøre det roligt, sikkert og trygt.

Vi plejer at kalde barnets første tid i dagtilbuddet for 'indkøring'. Børns Vilkår foreslår, at det i stedet hedder 'tilknytningsperioden', fordi det skærper opmærksomheden på, at det ikke handler om, at barnet skal køres ind i andres rytme. Barnet har tværtimod brug for at blive mødt, set og støttet i at knytte sig til mindst én voksen i en relation præget af nærhed og tryghed.

Dog skelner vi mellem selve 'opstarten' - den første uge eller to i vuggestuen eller dagplejen - hvor barnet skal lære de nye voksne og omgivelserne at kende, og den periode, barnet bruger til at knytte sig til de voksne.

'Tilknytningsperioden' kan strække sig over flere måneder. Hos nogle børn sker tilknytningen hurtigt, og for andre tager det længere tid, før de tør stole på de nye voksne og finder tryghed i relationen.





Trygge forældre giver trygge børn

Det gør forældrene trygge, at I involverer dem tidligt. Og forældrenes tryghed er vigtig. For den tryghed, forældrene føler, smitter af på barnet. Forældrene er barnets sikre base, indtil det er blevet tryk ved én eller flere af de voksne i dagplejen eller vuggestuen. Hav derfor en tæt dialog med forældrene i den første tid, og se, hvad forældrene gør, for at gøre deres barn trygt.

Sådan kan I arbejde med forældres tryghed i opstarten

Erfaringer fra forskningsprojekter i både Danmark og Norge viser, at forældre bliver trygge, når de får mulighed for at opleve hverdagen i vuggestuen eller dagplejen. Det handler primært om at give forældrene god tid til at lære jer at kende, men det handler også om at vise forældrene, at I ser dem som vigtige aktører, der kan bidrage til, at barnets start i dagtilbuddet bliver god og tryk.

Klæd forældrene på. Forældre skal føle, at I er sammen om at skabe en tryk start for barnet. Derfor er det vigtigt, at I bruger tid og energi på at klæde forældrene godt på. Det kan I gøre ved at fortælle forældrene, hvad der skal ske i barnets første møde med dagtilbuddet. Lav gerne en plan for, hvordan opstarten skal forløbe, så forældrene ved, hvad der skal ske i løbet af dagen. En forudsigelig struktur for opstarten kan nemlig være med til at skabe mindre usikkerhed hos forældre.

Fortæl løbende forældrene, hvad I ser, at barnet signalerer, og hvad I tænker, barnet kan have brug for. Forældre kan også have brug for, at I fortæller og viser dem, at alle spørgsmål er velkomne.

Sæt ord på jeres forventninger til forældrene. For mange nye forældre er dagtilbuddet et ukendt sted, og det er derfor ikke givet, at de ved, hvad de skal gøre, når deres barn skal starte i vuggestue eller dagpleje. Derfor er det også vigtigt, at I er tydelige om, hvad I forventer af forældrene. Fortæl forældrene hvad deres rolle er, og hvorfor de som barnets sikre base er vigtige for barnets tryk i opstarten. Men forklar også, hvad jeres rolle er, og hvad I sammen kan gøre for at give barnet en tryk start.

Skab fælles forståelse. Del jeres viden om små børns behov for tryk og omsorg i overgangen fra hjem til dagtilbud med forældrene. Det kan være en god idé at gennemgå de vigtigste pointer på et møde med forældrene inden opstarten. Brug også god tid på at tale med forældrene om barnets vaner, præferencer og rutiner. Det er vigtig viden, som I skal bruge til at forstå barnets behov og til at forstå, hvordan I bedst drager god omsorg for barnet. Vær lydhøre og anerkendende overfor forældrenes eventuelle bekymringer. Når forældrene føler sig hørt og forstået, vil de hurtigere blive trykke og kunne bidrage til et godt og tillidsfuldt samarbejde.



Begynd på relationen, inden barnet starter

Erfaringer fra forskningsprojekter i både Danmark og Norge viser, at en længere opstartsperiode gavner alle – ikke mindst det lille barn, som har brug for tid til at blive tryk i relationen til nye voksne. For at forlænge opstarten kan det bl.a. være en god idé at 'tyvstarte' på overgangen fra hjemmet til vuggestuen eller dagplejen.

Før barnet starter, kan det derfor være en god idé at invitere forældrene til at besøge vuggestuen eller dagplejen sammen med barnet – og gerne flere gange over tid. Jo flere besøg, jo bedre.

Forbesøgene gør, at barnet får mulighed for at knytte sig til den eller de nye voksne og vænne sig til dagtilbuddets omgivelser i et roligt tempo. Og det betyder, at barnet hurtigere bliver trykt, når det starter i dagtilbuddet.

Men forbesøgene betyder også, at I får mere tid til at lære forældrene at kende – og omvendt. Forældrene får lejlighed til at fortælle om barnets start på livet og familiens vaner, og I får lejlighed til at fortælle om dagsrytmen i dagtilbuddet. Det skaber en begyndende tillid og åben dialog mellem jer, som er et godt grundlag for det videre samarbejde om barnet.

Sådan kan I tilrettelægge forbesøgene

Forbesøg kræver organisering, men det kræver ikke nødvendigvis ekstra (personale)ressourcer. Det vigtigste er, at I inviterer barnet og forældrene ind til en hverdag, der er så almindelig som muligt. Det er altså ikke meningen, at I skal smide, hvad I har i hænderne, når et nyt barn kommer på besøg. Men det kan være en god idé at lave den samme aktivitet, hver gang barnet kommer. Det kan for eksempel være at synge en bestemt sang eller lege en bestemt leg.

Invitér så tidligt som muligt. Invitér gerne barnet og forælderen til at komme på besøg i en time én gang om ugen, men mindre kan også gøre det. Det vigtigste er, at familien får mulighed for at besøge jer flere gange, inden barnet skal starte. Så inviter på besøg så tidligt som muligt, efter at barnet har fået tildelt en plads.

Husk at forælderen er barnets sikre base.

Under forbesøgene er det forælderen, som tager sig af barnet, og som er barnets sikre base. Forælderen har altså alt praktisk ansvar for barnet. På den måde kan I varetage jeres opgaver, som I plejer, samtidig med at den nye voksne langsomt nærmer sig barnet. Den voksnes vigtigste opgave er at forsøge at skabe kontakt til barnet, når muligheden byder sig – det kan for eksempel være, når barnet bliver optaget af et stykke legetøj på stuen.

Skab genkendelighed i de nye omgivelser.

Det kan være en god idé at sørge for, at besøgene foregår på den stue, som barnet senere skal starte på. På den måde får barnet mulighed for at vænne sig til de nye voksne, rummet, legetøjet, lydene, lugtene – og med tiden også de andre børn på den nye stue. Men de første gange barnet er på besøg, kan det være fint, at de fleste børn fra gruppen f.eks. er ude på legepladsen. Det handler om at skærme det lille nye barn så meget som muligt og begrænse de mange nye indtryk, barnet får, når det er på besøg.

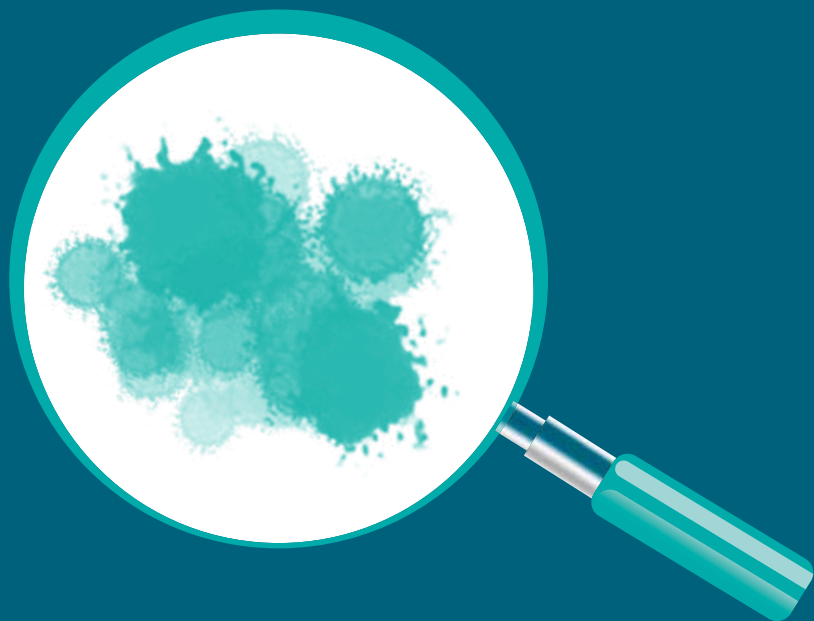
Husk, at forbedringerne ikke kan erstatte en glidende opstart. Det lille barn har stadig brug for tid til at knytte sig til de nye voksne, og sådan en tilknytningsperiode strækker sig ofte over længere tid.

Gør brug af overgangsobjekter

Gør overgangen lettere for barnet ved at bruge forskellige former for overgangsobjekter, som barnet kan genkende, når det starter.

- Syng en bestemt sang, når barnet er på besøg, og igen når barnet starter. Aftal også gerne med forældrene, at de synger samme sang med barnet derhjemme.
- Find noget bestemt legetøj frem, hver gang barnet er på besøg.
- Giv familien billeder af de nye voksne med hjem. På den måde får forældrene bedre mulighed for at snakke med barnet om dagtilbuddet, inden barnet skal starte og imellem hvert besøg.
- Invitér familien til at komme og lege på jeres legeplads, hvis der er mulighed for det, f.eks. om eftermiddagen eller i weekenderne.





Vidste du, at...

Forældrenes tilstedeværelse kan dæmpe stress hos barnet

Små børn oplever mindre stress, når forældrene er sammen med dem i dagtilbuddet. Det viser et norsk studie, der bl.a. har målt mængden af stresshormonet kortisol hos små børn i dagtilbud. Det kan altså gøre det lettere for barnet at blive fortrolig med dagtilbuddet og de nye voksne, hvis man forlænger antallet af dage, hvor barnet er sammen med både sine forældre og de nye voksne i dagtilbuddet.

Kilde: Nystad et al. 2021.

Lad forældrene være med i mindst fem dage

Den tid, som barnet, forældrene og de nye voksne tilbringer sammen i den første tid i dagtilbuddet, er meget vigtig for, at barnet får en tryk start.

Erfaringer fra norske dagtilbud viser, at når forældre bruger fem dage eller længere på at være sammen med barnet og personalet, hjælper det barnet til en tryggere start. Barnet er mere afslappet, når forælderen er til stede og tilgængelig for barnet i dagtilbuddet. Det giver barnet gode muligheder for at lære de nye voksne at kende i sit eget tempo. På den måde kan barnet nemlig selv styre, hvornår det vil være tæt på forælderen, og hvornår det vil udforske alt det nye.

Det giver også jer gode muligheder for at lære barnet at kende ved at se samspillet mellem barnet og forælderen. Når I tilbringer flere dage sammen i dagtilbuddet, vil forældrene også kunne bruge de daglige aktiviteter til at vise jer, hvilke rutiner barnet er vant til, for eksempel under måltider, bleskift osv. Samtidig lærer forældrene også jer, de øvrige børn og stuens rutiner bedre at kende.

Ved at bruge mindst fem dage på opstarten er målet, at de voksne i dagtilbuddet gradvist får skabt en tæt relation til barnet, sådan at barnet har mindst én voksen at søge støtte og trøst hos, når forældrene ikke længere er til stede i dagtilbuddet.

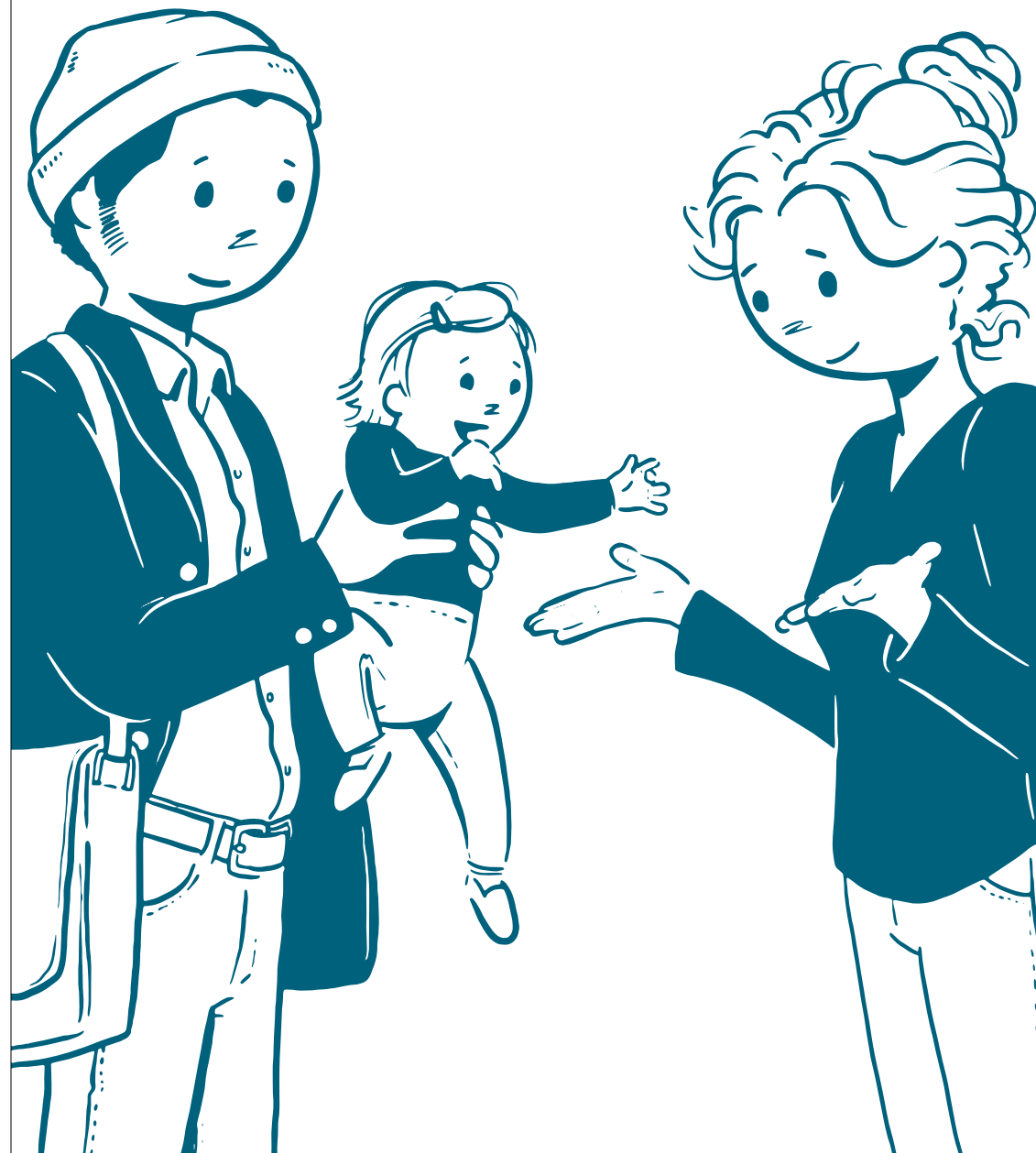
Sådan sikrer I et godt forældresamarbejde i opstarten

Et tæt og tillidsfuldt samarbejde med barnets forældre er en vigtig del af den gode opstart. Det kræver, at I, der møder barnet, taler med forældrene – både når barnet trives, men også hvis barnet har svært ved alt det nye, eller har behov for, at I tilrettelægger opstarten lidt anderledes.

Prioritér den daglige dialog med forældrene.

Løbende dialog om opstarten skaber tryghed hos forældrene. Brug lidt tid hver morgen på at tale med forælderen om, hvad der skal ske, og hvad forældrens opgave er. Når dagen er ved at være slut, så tag en kort snak om, hvordan I hver især har oplevet dagen, og hvad I tænker skal ske næste dag.

Vær opmærksom på forældre, som virker usikre eller bekymrede. Nogle forældre vil måske prøve at indrette sig efter det, de tænker, I forventer af dem – også selvom de oplever, at planen ikke passer helt godt til deres barn. Forsøg at sætte ord på det, I ser, og snak med forældrene om, at I også forventer, at de er helt ærlige i dialogen med jer.



Lav aftaler med forældrene, hvis barnet virker utrygt. Det er svært at undgå, at barnet bliver ked af det, når mor eller far går de første par gange. Det er en helt naturlig reaktion hos barnet, at det bliver ked af det – ligesom at forældrene ofte bliver det. Aftal derfor med forældrene, at de først forlader barnet, når de og barnet er trygge ved det. Hvis barnet er ked af det, lige når forældrene går, så giv forældrene en melding, når barnet ikke er ked af det mere. Lader barnet sig ikke trøste, eller virker barnet stille – f.eks. ved at gå ind i sig selv, så tal med forældrene om, om de kan være med i dagtilbuddet i længere tid.

Lad forældrene vide, at de altid kan henvende sig. Opstarten i dagtilbud er en stor omvæltning – også for barnets forældre, der kan have mange bekymringer og dårlig samvittighed, når de skal gå fra deres deres barn. Fortæl forældrene, at de altid kan kontakte jer, hvis de er bekymrede eller har spørgsmål – ligesom at I altid vil tage fat i dem, hvis I vurderer, at det er det bedste for barnet. Det skaber gensidig tillid og tryghed.

“Børn, som bliver helt stille og sådan helt flade i ansigtet, og som sætter sig alene, dem er jeg bekymret for. Børn, som kommer til mig og græder, fordi mor er gået, det er helt naturligt, selvfølgelig (...) og hvis barnet tager imod trøst, (...) hvis det læner sig ind til mig, og jeg føler ”okay, vi har en connection her, du er virkelig ked af det, men alligevel så er vi på en måde sammen i den følelse”, så tænker jeg, at det her alligevel nok skal komme til at gå godt, og så er det ikke – det er svært for det barn, men det er ikke alene om følelsen.”

/ Pædagogisk leder
i vuggestue



Tre veje til en tryk start i vuggestue og dagpleje

- 1. Forbered og inddrag forældrene**

Vejen til barnets tryk går ofte gennem forældrene. Hvis forældrene er utryk i opstarten, kan det være svært for barnet at blive tryk. Giv forældrene god information og guid dem i det, der skal ske. Men bed også forældrene dele information om deres barn. Deres viden er nødvendig for, at I kan drage god omsorg for barnet.
- 2. Begynd på relationen, inden barnet starter**

Inviter nye børn og forældre på flere besøg i dagtilbuddet, et par måneder inden barnet skal starte. Det giver et lettere opstartsforløb, fordi barnet og forældrene har haft god tid til at blive fortrolige med dagtilbuddet – men vigtigst af alt har barnet haft mulighed for at finde tryk i relationen til én eller flere af de nye voksne.



- 3. Brug forældrene som en aktiv ressource i opstarten**

Giv barnet mere tid til at lære jer at kende, før I vinker farvel til forældrene. Erfaringer fra Norge viser, at når forældre bruger fem dage eller længere på at være sammen med både barnet og personalet under opstarten, hjælper det til at give barnet en tryggere start på dagtilbudslivet. Invitér derfor forældrene til at være med i længere tid, når barnet starter. Barnet er mere afslappet, når forælderen er til stede i dagtilbuddet – bl.a. fordi forælderen kan fungere som en sikker base i den første tid. Det giver barnet gode muligheder for at lære én eller flere nye voksne at kende og udforske de nye omgivelser i sit eget tempo.



Litteratur

Broström, S., Jensen, T. M., Hansen, O. H., Jensen, A. S., & Svinth, L. (2015). Barnet i Centrum: evaluering. Barnet i Centrum, Aarhus Universitet.

Drugli, M. B., & Brenne, A. S. (2021). Delrapport for folkehelseprosjektet "Liten og ny i barnehagen". Evaluering 2020.

Drugli, M. B. (2020). Delrapport for folkehelseprosjektet «Liten og ny i barnehagen». Evaluering av trinn 2.

Drugli, M. B., Lekhal, R., & Buøen, E. S. (2020). Tilvenning og foreldresamarbeid. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Hansen, O. H. (2016). Emotionel relatering og modtagelse. I: Broström, S., Hansen, O. H., Jensen, A. S., & Svinth, L. Barnet i centrum: pædagogik og relationer i vuggestue og dagpleje. Akademisk Forlag.

Midsand, M. (2020). Liten og ny i barnehagen - prosjektrapport 2019. Oppsummering av barnehagens erfaringer.

Midsand, M. (2019). Liten og ny i barnehagen – rapport pilotprosjekt 2017/2018.

Nystad, K., Drugli, M. B., Lydersen, S., Lekhal, R., & Buøen, E. S. (2021). Toddlers' stress during transition to childcare. *European Early Childhood Education Research Journal* 29:2, 157-182, DOI: 10.1080/1350293X.2021.1895269

Kolofon

Tekst og redigering: Stinna Vestergaard, Julie Ellesøe Jespersen, Malene Angelo, Nanna Brixtofte Petersen og Marie Schmidt Appel
Layout: Lisa Torris

Illustrasjoner: Mads Ortmann og Lisa Torris

Billeder: Jeppe Carlsen og Colourbox

Utgivelsesår: 2022

Find inspiration til, hvordan I kan
tilrettelægge opstarten i jeres dagtilbud
på bornsvilkar.dk/dagtilbud