

Sådan får dit barn en tryk start i børnehaven

Når dit barn skal starte i børnehaven, er det ofte begyndelsen på en helt ny hverdag – også selvom dit barn har været vant til at gå i en vuggestue eller dagpleje.

Det tager tid for børn at vænne sig til alt det nye, der møder dem, når de begynder i børnehaven og samtidig skal sige farvel til nære voksne og gode legekammerater fra vuggestuen eller dagplejen. Nogle børn er trykke efter de første to uger, men der kan også gå flere måneder, før dit barn er faldet helt til i børnehaven.

Det vigtigste er, at dit barn finder tryk hos de nye pædagoger og får mulighed for at vænne sig til børnehavens nye omgivelser i sit eget tempo. Her spiller du en vigtig rolle. Dit barn har nemlig brug for at mærke din ro og din tillid til, at børnehaven er et tryk sted at være.



1. Sæt god tid af til dit barns start i børnehaven

En tryk start i børnehaven tager tid. Derfor kan det være en god idé at 'tyvstarte' på opstarten. Det kan være, at du og dit barn kan komme på flere korte besøg i børnehaven, *inden* dit barn skal starte. På den måde lærer dit barn de nye omgivelser at kende i et roligt tempo.

Når tiden er kommet til, at dit barn skal starte i børnehaven, er det en fordel, hvis du eller din partner kan holde fri nogle dage. På den måde har du mulighed for at være til stede i børnehaven og være tæt på dit barn, så længe dit barn har brug for det. Nogle børn har netop brug for at have en forælder med i længere tid for at blive trykke.

Hvis du giver dit barn nogle korte dage i børnehaven, kan du også give dit barn en roligere start. Det gælder ikke kun de første dage i opstarten, men indtil dit barn er faldet godt til og virker tryk og glad for at være i børnehaven.

Vær opmærksom på, at dit barn kan reagere med store følelser og have brug for at være tættere på dig, når I kommer hjem fra børnehaven. Det er en naturlig reaktion i de første måneder, hvor barnet skal vænne sig til nye ansigter, nye rutiner osv.

2. Tal med pædagogerne om dit barn

En tryk opstart handler ikke kun om, at dit barn skal lære børnehaven at kende. Det handler også om, at pædagogerne skal lære dit barn og jeres familie at kende.

Fortæl derfor pædagogerne om dit barns vaner og behov, f.eks. i forhold til mad, søvn, trøst og leg. Hvis der er noget i jeres hverdag, der påvirker barnets humør eller adfærd, så fortæl det til pædagogerne i børnehaven. På den måde er det lettere for dem at forstå dit barns reaktioner og behov.

3. Hjælp dit barn med at sige farvel

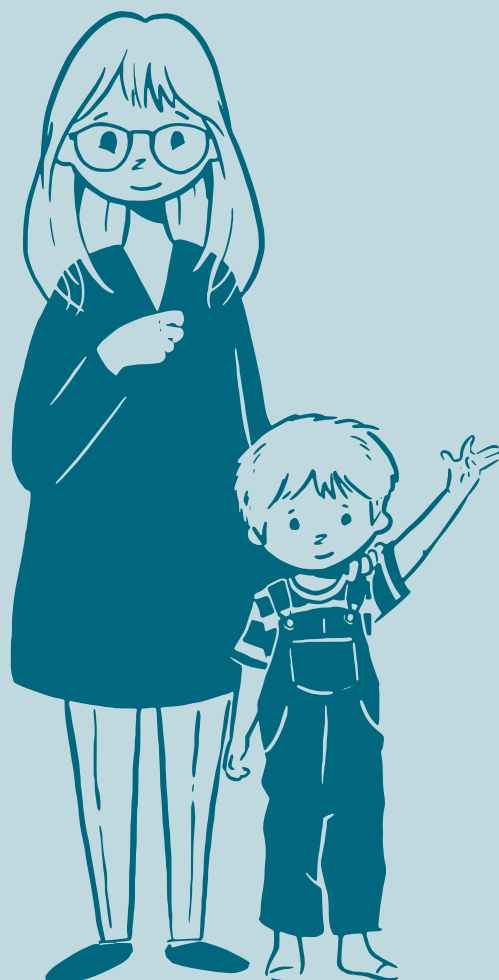
Når du skal sige farvel og gå fra dit barn første gang, kan det være svært - ikke mindst for dig som forælder. Tal derfor med pædagogerne om, hvordan I kan øve afskeden, så dit barn kan vænne sig til den.

Start med at gå fra dit barn i kort tid, og sig, at du kommer igen om lidt. Når du kan se, at dit barn er optaget af samværet med en pædagog og ikke bliver ked af det, når du går eller kommer tilbage, vil barnet ofte være klar til, at du er væk i lidt længere tid.

Hvis dit barn endnu kun er trygt ved en bestemt pædagog, så spørg, om vedkommende kan tage imod dit barn næste dag. Det kan tage lidt tid, før dit barn bliver tryk ved flere af de voksne i børnehaven.

Gå aldrig uden at sige farvel, men fortæl dit barn, at du går, hvad du skal, og hvornår du kommer tilbage. Sig f.eks.:

"I dag skal du være sammen med Anna, mens jeg er på arbejde. Når du har leget og spist, så henter jeg dig igen."



4. Sæt ord på dit barns følelser

Nogle børn kan reagere på afskeden, længe efter de er startet i børnehaven. Også selvom du har gjort dig umage med at give barnet en tryk og rolig start. Det er helt naturligt, da du som forælder oftest er den, som barnet er mest trygt ved og glad for.

Hvis dit barn bliver ked af det, når du skal til at gå, er det en god idé at sætte ord på det, dit barn oplever – fremfor at prøve at aflede barnet. Du kan f.eks. sige: *"Jeg kan godt se, du bliver lidt ked af det, fordi jeg skal gå. Det er okay. Anna trøster dig og passer godt på dig."*

Når dit barn har fået god kontakt med en pædagog, der kan tage imod hende eller ham, er det en god idé ikke at trække afskeden ud. Det kan gøre dit barn endnu mere ked af det og gøre det sværere for dit barn at komme videre. Fortæl pædagogerne, hvordan de skal kontakte dig, hvis dit barn bliver ved med at være ked af det, efter du er gået.

Hvis du har meget svært ved at tage afsked med dit barn, kan det være, at barnets anden forælder eller en anden nær voksen kan tage over i den første tid.

5. Gør børnehaven til et rart sted at være

Du støtter dit barn i at blive tryk ved børnehaven, når du giver dit barn den tid og de kram, barnet har brug for – men også giver slip og opmuntrer til at udforske, når dit barn søger kontakt med andre børn og voksne i børnehaven.

Du kan vise dit barn, at børnehaven er et trygt og rart sted at være, ved at hilse på både pædagogerne og de andre børn og forældre, når I kommer om morgenen. Du kan også skabe tryghed for dit barn ved at give barnet noget genkendeligt med hjemmefra. Det kan f.eks. være yndlingsbamsen eller suttekluden.

