

TRYGG FØR 3



1

2

3

4

5

6

7

FORELDREROLLEN

DU ER DEN VIKTIGSTE I DITT BARN'S LIV!

Tittel:

Trygg før 3 -hefte 1

Foreldrerollen. Du er den viktigste i ditt barns liv

1. utgave, opplag 1.

År: 2018

ISBN: 978-82-93343-17-2

Forfattere

Elisabet Solheim, May Britt Drugli, Trude Hamre Sveen, Ratib Lekhal
og Turid Suzanne Berg-Nielsen

Utviklere:

Thrive by five Washington

RKBU Midt-Norge

RBUP Øst & Sør

Handelshøgskolen BI

Layout: Maja Sandmo Grip

Illustrasjonsfoto: Adobe stock.com



KJÆRE FORELDRE OG FORESATTE

Barnehagen til ditt barn deltar i prosjektet **Trygg før 3**, som handler om å forbedre barnehagekvaliteten ved at de ansatte jobber systematisk med voksen-barn relasjonene. Målet er at de ansatte skal bli enda bedre til å støtte barnas utvikling i barnehagehverdagen.

Den viktige foreldrerollen

Selv om barnehagen er viktig for barna, vet vi at det er dere foreldre som er de aller viktigste i barns liv. Vi vet at familien og særlig foreldre er barnas første og viktigste støttespillere og «lærere» gjennom hele livet. Barn er født med en naturlig nysgjerrighet på verden. Barn er aktive og utforskende, alltid klare til å lære og oppdage noe nytt sammen med deg. For det er først og fremst i relasjonen og samspillet med deg at barnets utvikling skjer. Barn utvikler seg og lærer hele tiden gjennom lek, utforskning, aktivt engasjement og ved å bruke sansene sine. En forutsetning for barns positive utvikling er at de vokser opp i sikre omgivelser hvor de føler seg trygge og ivaretatt. De 3 første årene i et barns liv er spesielt viktige. I disse tidlige årene utvikler hjernen seg i ekspressfart. Hvert minutt dannes det tusenvis av nye kontaktpunkter i barnets hjerne. De erfaringene barnet gjør seg sammen med deg disse første, viktige årene legger grunnlaget for all senere læring og utvikling.

Trygg før 3 er først og fremst kvalitetsutvikling i barnehagen. Men fordi vi vet at nettopp du er så viktig for ditt barn, har vi laget en serie med 7 hefter som vil gi deg en oversikt over ditt barns utvikling og forslag til hva du som forelder kan gjøre sammen med barnet ditt for å hjelpe barnet ditt med å trives, lære og utvikle seg. Heftene er tenkt som en hjelp til å få større innsikt i ditt barns verden slik at du enklere kan se både deg selv og verden gjennom ditt barns øyne. De er imidlertid ikke noen fasit. Vi oppfordrer deg til å lese disse heftene og bruke dem i hverdagen. Det vil komme barnet ditt til gode! Vi anbefaler også at du snakker med de ansatte i barnehagen om det som står i heftene, på den måten kan dere sammen støtte barnets utvikling.





INNHold I HEFTENE

I hefte nummer 2 til 7 finner du beskrivelser av ulike områder for barns utvikling. For hvert utviklingsområde vil du finne tekst og forslag som er fordelt på to kolonner: "*Barn kan....*" er eksempler på hva barn i alderen 9-18 og 16-36 måneder er i ferd med å lære, være, gjøre og vite. "*Hva du kan prøve å gjøre sammen med barnet ditt....*" er eksempler på hva du kan gjøre for å hjelpe barnet ditt med å trives, lære og utvikle seg. Noe av det du leser kjenner du helt sikkert igjen og noen av eksemplene på hva du kan gjøre sammen med barnet ditt gjør du sikkert allerede. Kanskje er det likevel noe som er nytt for deg, noe du ikke visste barnet ditt kunne, eller noen av forslagene du ønsker å prøve ut sammen med barnet ditt?

Inndelingene i alder er ikke absolutte, mange yngre barn kan noe av det som står for barn 16-36 måneder, og mye av det som står under 9-18 måneder er aktuelt for eldre barn. Beskrivelsene og forslagene i heftene kan ses på som utgangspunkt for å tenke gjennom og snakke om hvordan du best kan støtte barnet i ulike situasjoner i hverdagen. De er ingen fasit.



Hefte 1: Foreldrerollen – Du er den viktigste i ditt barns liv

- En oversikt over samspillsdimensjonene barnehagen deres skal jobbe med.
- Oversikt over innholdet i de 7 heftene
- Litt om overgangen barnehage-hjem
- Spørsmål om barnet mitt - hva vet jeg allerede?
- En oversikt over forskjeller i barns utvikling



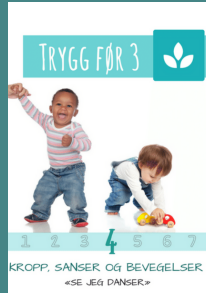
Heft 2: Barnet i familien – her føler jeg meg trygg

- Føle trygghet i det kjente
- Selvpoppfatning – hvem er jeg?
- Mestring – jeg vil gjerne få til selv!
- Uttrykke og forstå følelser – vær sammen med meg i følelsene!
- Læring – jeg er nysgjerrig på verden!



Heft 3: Å bygge relasjoner – jeg liker meg sammen med andre.

- Å være sammen med voksne (samspill med voksne)
- Å være sammen med barn på min egen alder (samspill med jevnaldrende)
- Jeg er sosial! (sosial atferd)
- Jeg trenger din hjelp når jeg havner i trøbbel! (problemløsning og konflikthåndtering)



Heft 4: Kropp, sanser og bevegelser – se jeg danser!

- Grovmotorikk – jeg reiser meg, står, krabber, går, hopper og løper
- Finmotorikk – jeg bruker hendene og fingrene mine.
- Jeg bruker sansene mine



Heft 5: Helse - la meg være frisk i sikre omgivelser

- Helse, stell og hygiene
- Mat og måltid
- Sikkerhet



Heft 6: Kommunikasjon, språk og tekst – snakk med meg, syng, les og lytt til meg!

- Språkutvikling – snakk med meg og lytt til meg
- Les for meg og la meg bidra selv
- Skrive og tegne – jeg tegner en krusedull!



Heft 7: Læring – du lærer meg om verden

- Kunnskap – vis meg hvordan ting henger sammen
- Antall, rom og form – «ballen er rund!»
- Natur, dyr og vitenskap – Jeg liker å være ute og utforske det som er rundt meg
- Kreativitet – det bor en multikunstner i meg

KVALITET I BARNEHAGEN

- 8 VIKTIGE SAMSPILLSDIMENSJONER

I **Trygg før 3** vil de ansatte i løpet av barnehageåret jobbe med 8 samspillsdimensjoner som har sammenheng med små barns trivsel, utvikling og læring. Dere kan følge med på hvilken dimensjon de jobber med fra måned til måned på barnehagens nettsider og ved å snakke med de ansatte.

Dette er de 8 samspillsdimensjonene som de ansatte blir observert utfra og som de skal jobbe med i hverdagen:

1. Positivt klima:

De ansatte og barna har et godt forhold, viser interesse for hverandre og har glede over å være sammen.

2. Negativt klima:

Hendelser der det uttrykkes negative følelser som sinne, irritasjon, frustrasjon mellom voksne og barn, og barna i mellom.

3. Ansattes sensitivitet:

De ansatte er oppmerksomme og fanger opp barnas følelser og behov. Videre får barna gode reaksjoner fra de voksne (for eksempel trøst når de trenger det eller støtte til utforskning og læring).

4 . Ta barnets perspektiv:

De ansatte tar hensyn til barnas interesser, motivasjon og synspunkter (ofte uttrykt gjennom kroppsspråk), og de oppmuntrer barna til selvstendighet og ansvar.

5. Reguleringsstøtte:

Barna får den støtten de trenger til å regulere følelser og atferd slik at de fungerer godt sammen med voksne og andre barn (for eksempel ved at de får trøst når de er redde eller lei seg, eller ved at den voksne sier hva barnet kan gjøre i stedet for å slå).

6. Tilrettelegging for læring:

Det legges til rette for aktiviteter, rutiner og lek som får barna til å få lyst til å utforske og lære. De voksne følger barnas utforskning ved å vise, forklare og fortelle, samt oppmuntre barnet til å fortsette.

7. Kvalitet på tilbakemeldinger:

Barna får tilbakemeldinger fra voksne som fører til økt læring og økt forståelse knyttet til det de selv holder på med eller sier. Samspillet preges av at barna er aktive og at samspillet mellom barn og voksen varer i flere runder med hver sin tur.

8. Språkstøtte:

Voksne og barn snakker mye sammen, og barna støttes til selv å bruke språket aktivt. De ansatte setter ord på det som skjer her og nå og inviterer barna til å snakke (selv om det ikke kan så mange ord ennå).



TIDLIGE OVERGANGER

Overganger er en del av hverdagen. Evnen til å tilpasse seg nye omgivelser og mennesker er en viktig livslang ferdighet som barn trenger å lære. Barns første viktige overganger er ofte mellom hjemmet og slektingers hjem, eller mellom hjem og barnehage.

Overgang fra hjem til barnehage

God kommunikasjon mellom foreldre og barnehage er helt avgjørende. Det er viktig at barnehagen kjenner til familiens rutiner, tradisjoner, språk og hva barnet liker å gjøre sammen med familien sin. Når barnehagen vet dette, kan de sammen med dere foreldre, sørge for at barnet opplever mest mulig sammenheng mellom hjem og barnehage. Dette kan for eksempel innebære at barnet får beholde sin sovetid og rutiner i forhold til å sovne.

Dere bør snakke med barnet om barnehagen og rutinene der. Snakke om de voksne som barnet blir kjent med og om barna som går på avdelingen sammen med barnet osv.

God kommunikasjon i hente- og bringe-situasjoner er også viktig for små barn. Barna har begrenset verbalt språk, og det er derfor viktig at informasjonsflyten mellom dere foreldre og de voksne i barnehagen er god.

I bringe-situasjonen kan dere foreldre fortelle om det har skjedd noe spesielt om morgenen før barnet kom i barnehagen, eller kvelden før slik at dette kan prates om/tas hensyn til i barnehagen. Hvis barnet har hatt en litt vanskelig morgen, er litt ekstra trøtt osv. bør de ansatte vite dette, slik at de på best mulig måte kan legge til rette for at barnet får en god dag i barnehagen likevel. Like viktig er det å få vite om barnet har gjort noe han/hun har likt veldig godt, om det er noe han/hun gleder seg spesielt til osv.

I hentesituasjonen er det viktig at dere foreldre får vite hva barnet har gjort i løpet av dagen i barnehagen slik at dere kan snakke med barnet om dette hjemme, og at dere bedre kan forstå ulike reaksjoner som barnet kan ha på ettermiddagen.

SPØRSMÅL OM BARNET MITT

HVA VET JEG ALLEREDE?

Her er fem spørsmål som du kan tenke gjennom på egen hånd og/eller drøfte med partneren din, de ansatte i barnehagen eller andre du tenker er viktige for barnet ditt:

1. *Hva liker barnet å gjøre?*
2. *Hvordan går barnet fram når han/hun skal prøve noe nytt?*
3. *Hva har barnet ditt gjort i det siste som overrasket deg?*
4. *Hvordan reagerer barnet når han/hun stilles ovenfor nye situasjoner og utfordringer?*
5. *Hvem liker barnet ditt å være sammen med? Hva pleier de å gjøre sammen?*
6. *Hvem søker barnet trøst hos?*



Adobe stock.com

FORSKJELLER I UTVIKLING

Alle barn vokser, lærer og utvikler seg i sitt eget tempo. Likevel er det viktig å følge med på barnets utvikling. Du bør drøfte med andre hvis du legger merke til at:

Barn på 12 mnd.

- Ikke krabber.
- Ikke kan stå når han/hun blir støttet.
- Ikke leter etter ting som han/hun ser at du gjemmer.
- Ikke peker på ting.
- Ikke lærer seg gester som å vinke eller nikke på hodet.
- Ikke sier enkle ord som mamma/pappa, eller noe som ligner.
- Har mistet ferdigheter han/hun hadde tidligere (endringer).

Barn på 18 mnd.

- Ikke peker på eller viser ting til andre.
- Ikke kan gå.
- Ikke vet hva kjente ting brukes til, f.eks en skje.
- Ikke imiterer andres atferd eller ord.
- Ikke lærer nye ord.
- Ikke kan si minst 6 ord.
- Ikke legger merke til, eller reagerer når en omsorgsgiver går eller kommer tilbake.
- Har mistet ferdigheter han/hun hadde tidligere (endringer).

Barn på 2 år

- Ikke vet hva han/hun skal gjøre med vanlige ting som en skje, gaffel, telefon, børste.
- Ikke imiterer/kopierer handlinger og ord.
- Ikke følger enkle instruksjoner.
- Ikke bruker to-ords setninger (eks. «drikke melk»; «jeg gå»).
- Ikke går stødig.
- Mister ferdigheter han/hun har hatt (endring).

Barn på 3 år

- Ofte faller eller har problemer med å gå i trapper.
- Ikke skjønner hvordan han skal bruke enkle leker som enkle puslespill, vri på et håndtak, putte klosser i en kasse, sette kopper med ulik størrelse inni hverandre osv.
- Ikke forstår enkle instruksjoner.
- Ikke snakker med hele setninger.
- Ikke gir øyekontakt når han/hun har din oppmerksomhet.
- Ikke leker fantasilek eller rollelek.
- Ikke vil leke med andre barn eller med leker.
- Mister ferdigheter han/hun har hatt (endring).



Adobe stock.com

NB. Små barn kan ikke vente.

Hvis du lurer på noe når det gjelder barnets utvikling, snakk med de i barnehagen, på helsestasjonen eller med legen din. La barnet raskt bli undersøkt nærmere dersom det er behov for det.



OVERSIKT OVER SAMSPILLSDIMENSJONEN BARNEHAGEN DERES
SKAL JOBBE MED

OVERSIKT OVER INNHOLDET I HEFTE NR. 2-7

OVERGANGEN BARNEHAGE-HJEM

SPØRSMÅL OM BARNET MITT- HVA VET JEG ALLEREDE?

OVERSIKT OVER FORSKJELLER I BARNES UTVIKLING



**Regionsenter for barn og
unges psykiske helse**

Helseregion Øst og Sør



Regionalt kunnskapssenter
for barn og unge
- Psykisk helse og barnevern

