

Ti tips: Skab en god hverdag i institutionen

Der er en masse, du kan gøre, for at støtte dit barn i at have det godt i vuggestuen og børnehaven. Her får du pædagogens ti bedste tips.

1. Forbered jer på institutionslivet

Det er for abstrakt for din store baby at forstå, at hun skal begynde i vuggestue eller dagpleje. Men *du* kan forberede dig på, at du nok vil synes, det er rigtig svært at give slip – især på det første barn. Prøv alligevel at være glad og entusiastisk. Jo mere tryk du er, jo lettere værner dit barn sig til det nye. Hav tillid til pædagogerne, og fokusér på alt det positive, dit barn får ud af at gå i vuggestue.

Giv, om muligt, dit barn korte dage i den første måneds tid. Dit barn skal lige vænne sig til sin nye hverdag og erfare, at du altid kommer igen! Når dit barn nærmer sig børnehavestart, så forbered overgangen ved at tage dit barn med hen og se børnehaven. Tal positivt om skiftet, når dit barn spørger til det.

2. Aflevér i god tid inden samling

Spørg pædagogerne, hvornår det er det bedste tidspunkt at aflevere på. I børnehaven er det oftest bedst at komme inden klokken ni, hvor legerelationerne typisk bliver dannet. Kom så vidt muligt i god tid inden samlingerne. Dit barn skal bruge lidt tid på at 'lande' og være tryk ved at være i vuggestue/børnehave.

Har du en étårig, så gør kort proces, når du afleverer. Fra toårsalderen er det okay, at du bliver lidt længere og hjælper dit barn i gang med en leg eller tegning. Er dit barn ked af det og hænger dig om halsen, så giv et kæmpe kram, og gå med det samme. Der er ingen grund til at trække pinen ud.

3. Giv dig tid, når du henter

Er der fri leg, når du henter om eftermiddagen, er det rigtig fint at blive lidt, så dit barn har god tid til at vise dig, hvad det er i gang med. Men fornem stemningen. Skifter dit barn humør, når du kommer, så tag straks hjem. Nogle børn bliver utidige, og så er det farvel og væk. Forvent ikke, at din pølse kaster sig om halsen på dig, når du henter.

Bid i det sure æble, og rum det. Dit barn er træt, så slip ønsket om glansbilledet. Hav gerne en bolle eller riskiks med, så dit barn får energi til hjemturen. Undgå at gå på legeplads på vej hjem, men hav et fast ritual, hvor I falder ned, når I er kommet hjem, og laver noget hyggeligt sammen.

4. Tal med pædagogerne



Spørg altid en pædagog, hvordan dagen er gået. På den måde holder du både en god kontakt til de mennesker, der er sammen med dit barn hele dagen, og en god fornemmelse, for hvordan dit barn egentlig går og har det. Til tider kan det også være rart med en mere dybdegående samtale, men den skal som regel planlægges. Spørg pædagogen, hvornår det passer bedst.

Spørg både ind til, hvad der går godt, og hvilke udfordringer dit barn eventuelt har – så kan I bedre danne fælles front. Hvis dit barn for eksempel ikke er så god til at sige nej til de andre børn i børnehaven, kan I derhjemme støtte jeres barn i, at det er okay at sige nej. Tal aldrig dårligt om pædagoger eller andre børn i dit barns påhør – det er utrygt og forvirrende, hvis de to verdener ikke hænger harmonisk sammen.

5. Lav legeaftaler – med måde

Legeaftaler er generelt for meget at overskue for vuggestuebarnet og det lille børnehavebarn. I vuggestuen er venskaberne ret flygtige, ofte leger børnene parallelt, det vil sige sidder ved siden af hinanden og leger hver sit, og dit barn vil allerhelst bare have nærvær med dig om eftermiddagen.

Når dit barn er omkring fire år, kan du lave legeaftaler. Prøv så vidt muligt at lægge dem i weekenden, og lav gerne aftalerne uden for institutionen. I hverdagen er ungerne trætte, og I undgår konkurrencer blandt børnene om, hvem der kommer mest hjem til hvem, hvis I ikke laver aftalerne foran næsen på de andre.

Foretrækker de andre forældre legeaftaler i hverdagene, og vil dit barn gerne lege med vennerne, skal du naturligvis ikke sige nej. Femårige børn kan godt overskue aftaler i hverdagen.

6. Tal med dit barn

Læg mærke til, hvad der optager dit barn, og tal sammen om det – i det omfang dit barn har et sprog. Spørg, hvem det leger med, og hvad de leger. Hils også på de andre børn henne i institutionen, så du anerkender dit barns verden.

Når du stiller standardspørgsmålet 'hvordan har du haft det i dag?' fortæller dit barn sjældent det store. Derimod kan junior pludselig åbne sig, når der er sagt godnat, eller lige når kartoflerne er ved at koge over.

Så er det bare om at skrue ned for kartoflerne og lytte, for det giver dit barn et positivt selvværd. Når du tager dig tid til en positiv daglig kontakt, er det også lettere at sætte grænser og sige blankt nej med god samvittighed.

7. Giv dit barn masser af tøj med

Hav altid regntøj, gummistøvler og sutsko i dit barns garderobe, samt vandtætte forede støvler, sweater og flyverdragt eller overtræksbukser i vinterhalvåret. Ikke for

pædagogernes skyld, men så dit barn ikke fryser og bliver våd udenfor eller glider rundt på strømpesokkerne indenfor. Hav også rigeligt med skiftetøj i garderoben – både store og små kan tisse i bukserne eller snuble i en vandpyt.

Tjek ofte, at dit barns fodtøj ikke er for småt, og hold øje med forældretavlen, så du ved, om der er tur i morgen, og om dit barn skal have rygsæk med vanddunk og madpakke med. Se i øvrigt vejrudsigten hver morgen, så det ikke kommer bag på dig, hvis en skyfri himmel udvikler sig til regn og rusk.

8. Vælg tøj, som dit barn trives i

Det er en sand fryd at købe småblomstrede kjoler og sølvbukser til sin lille prinsesse. Men vælg praktisk tøj i hverdagen, som dit barn kan bevæge sig i. Haremsbukser og kjoler sidder let fast i klatrestativet. Tænk desuden på, at dit barn skal være mest muligt selvhjulpent.

Undgå anorakker, som er svære at få på selv, og køb sko med velcro – det er et hit, når man vil selv! Lad også dit barn vælge Spiderman-blusen, selv om du måske synes, den er grim. Hvis Spiderman er det helt store lige nu, er det en stor lykke at have blusen på og vise den glad frem for vennerne. Spørg dig selv, hvis behov du forsøger at dække – dit eller barnets?

9. Skab morgener uden stress

Stå tidligt op, så du kan få nogle skønne, rolige morgener med dit barn, inden I skal ud ad døren. Sørg for at have god tid til at få tøj på, så dit barn kan prøve selv. Spis også en dejlig, sund morgenmad sammen, hvor du ikke iler rundt samtidig.

Rejs jer fra bordet i god tid – det kan let tage en halv time at få børstet bisser, tisset af og få overtøjet på, hvis det skal være hyggeligt samtidig! Har I travlt, så tag ansvaret på dig, og sig 'jeg hjælper dig lige med jakken, skat'. Sig ikke 'du er for langsom' eller 'skynd dig nu' – så bliver dit barn bare stresset.

10. Få dit barn tidligt i seng

Vuggestue- og børnehavebørn har brug for 11-12 timers nattesøvn, så læg gerne dit barn i seng ved syvtiden. Rund dagen af i fred og harmoni ved at læse godnathistorie og snakke om, hvad der er sket i dagens løb, og hvad der skal ske af spændende ting i morgen. Det er om natten, at alle dit barns celler fornys, at hjernen udvikles, og at kroppen restituerer sig og bliver klar til en ny udfordrende dag i institutionen. Det er lettest for dit barn at få noget godt ud af dagen både socialt og fysisk, hvis det er udhvilet og friskt.