

FØRSTE STEG

NR. 2 / 2025

Et tidsskrift for barnehagelærere
fra Utdanningsforbundet

TEMA: Livsmestring

SOFIE LÆRER BARNA Å STÅ I UTFORDRINGER

Styrer Sofie Elvebredd bruker egne erfaringer med psykisk vold til å hjelpe barnehagebarna med å møte medgang og motgang.

Stol på magefølelsen

Curligforeldre som ligger noen skritt foran og rydder vei for barna, helikopterforeldre som alltid er til stede og vokter barnas valg, og sherpaforeldre som sørger for å få barna trygt frem til målet. Kjært barn har mange navn, og det gjelder også foreldre. Hvordan vi oppdrar barna, har vært et diskusjonstema til alle tider. I dag handler det om at foreldrene beskytter barna sine mot helt normale livserfaringer, slik at de ikke lærer å stå i ubehag. Det opplever blant annet ansatte i Hvitveisen barnehage. De bestemte seg for å gjøre noe med det. Nå holder de temakvelder for foreldre om hvordan de sammen kan skape robuste barn. Det har gitt resultater i form av positive endringer hos barna.

«Det er ikke slik at man går gjennom livet uten å møte motstand. Det må man øve på fra man er liten. Å erfare at ting ikke alltid går som du vil, har mye å si for å bli robust», sier pedagogisk leder Henriette Oliversen i denne utgaven av Første steg. Det handler ikke om at barnehagen skal overta oppdragerollen, men at de ansatte veileder foreldrene.

Du kan også lese om styrer Sofie Elvebredd som bruker egne erfaringer med psykisk vold til å hjelpe barnehagebarn med å møte både motgang og medgang. «Motgang er sunt, så lenge barna har verktøy og støtte til å takle det», sier hun.

«Det kreves en hel landsby for å opp-

dra et barn», ifølge et afrikansk ordtak. I dagens samfunn blir denne landsbyen stadig mindre. I tidligere generasjoner søkte foreldre ofte råd av egne foreldre eller besteforeldre i barneoppdragelsen. I dag søker mange heller råd gjennom sosiale medier, barnespsykologer eller apper. Det fører til at mange foreldre ofte

er mer usikre enn før og stoler mindre på seg selv og egen magefølelse.

Får barn gode forklaringer samt hjelp til å håndtere utfordringer og å se mening i det som skjer, vil de ha et godt grunnlag for å klare seg

bra, ifølge forskning. Dette er kunnskap barnehagelærerne har. Kunnskap de bruker i barnehagen og som kan bidra til at barn som kanskje ikke får denne støtten hjemme, likevel klarer seg bra.

Barnehagelærerne har masse kunnskap som også foreldre kan ha nytte av om den deles. På den måte kan barnehagelærerne bli en del av «landsbyen» rundt barna, og kanskje bidra til at foreldrene stoler mer på egen magefølelse igjen. Til det beste for barna.

«Barnehagelærerne har masse kunnskap som foreldre kan ha nytte av om den deles.»

Line

Line Fredheim Storvik

ansvarlig redaktør
line@utdanningsnytt.no



FOTO: CHARLOTTE WIIG

SIDEN SIST

har fotograf Charlotte Wiig (t.h.) tatt bilder av Mats Brattlie, som traff igjen tidligere styrer Margot Ekren (t.v.) og barnehagelærer Bodil Ugelstad i Refstad barnehage, for å fortelle dem hvor mye de har betydd for hans utvikling av identitet. Foto: Line Fredheim Storvik

har redaktør Line Fredheim Storvik (t.v.) besøkt Hvitveisen barnehage på Hamar for å delta på temakvelden for foreldre i regi av barnehagelærerne Henriette Oliversen og Eirin Juritzen. Foto: Charlotte Wiig



FØRSTE STEG

NR. 2 / 2025

Ansvarlig redaktør

Line Fredheim Storvik
line@utdanningsnytt.no
93 04 20 94

KONTAKT

line@utdanningsnytt.no
Post: Første steg, Utdanningsforbundet, Postboks 9191 Grønland, 0134 Oslo
Besøk: Hausmanns gate 17, Oslo
På nett: utdanningsnytt.no/forste-steg

ANNONSER

Grethe Ånerud, HS Media AS
utdanning@hsmedia.no
92 83 68 30

MEDLEMSSERVICE

Spørsmål om abonnement og bladordning, adresseendringer og Min side:
medlem@udf.no
24 14 20 00

MIN SIDE
udf.no/min-side

ABONNEMENT

Ikke medlem, men ønsker abonnement?

abonnement@utdanningsnytt.no
utdanningsnytt.no/abonnement

UTGIVER

Utdanningsforbundet

Bekreftet opplag: 30 074, ifølge Fagpressens Mediekontroll

Første steg er medlem av Fagpressen og redigeres etter Redaktørplakaten og Vær Varsom-plakatens regler for god presseskikk. Den som likevel føler seg urettmessig rammet oppfordres til å ta kontakt med redaktøren. Pressens Faglige Utvalg (PFU) behandler klager mot pressen. Stoff i tidsskriftet kan bare gjengis etter tillatelse fra redaktøren og med kildehenvisning. Vi forbeholder oss retten til å lagre og utgi stoffet i elektronisk form fra vårt redaksjonsarkiv eller andre databaser som vi har avtale med.

GRAFISK DESIGN

Mediamania
mediamania.no

TRYKK

Ålgård Offset
ISSN 1504-1891

Forsiden: Styrer Sofie Elvebredd og barna Chloé Rambech, Teo J. Stoa, Erika U. Nore og Jan U. Nore i Harbitz aktivitetsbarnehage i Oslo
Foto: Charlotte Wiig

Første steg nr. 3 2025 kommer
26. september.

Utdanningsforbundet

Fagpressen



20



04



44



Tema: Livsmestring

- 14 Sofie lærer barna å stå i utfordringer
- 18 De yngste barna er mest stresset, ifølge forskning
- 20 Ansatte gikk på kurs for å lære seg å finne ro
- 24 Forskning: Utetiden viktig for barns livsmestring
- 26 Tid i naturen skal gjøre barna robuste
- 30 Anne Greve er kritisk til begrepet livsmestring
- 34 Foreldrekurs gir resultater
- 38 Slik kan du gjøre barna robuste

Reportasjer

- 42 Her er de vanligste konfliktene med foreldre
- 48 Dette har barnehagen betydd for Mats' identitet
- 53 Glimt fra barnehagedagen
- 54 Spennende lekemiljø i skyggen

Fag og forskning

- 58 Tourettes syndrom kan oppdages i barnehagen
Yngve Söderholm-Nodland og Liv Irene Nøstvik
- 62 Ufrivillig barnehagefravær – når barnet er alvorlig sykt
Ena Bolognese og Tone Anita Glomset
- 66 Samisk mat i barnehagen preget av reindriftskulturen
Kari Ryslett og Liv Ingrid Aske Håberg

Meninger

- 75 Kontaktforum barnehage: Det er på tide å prioritere oppgaver i barnehagen **Anita Holm Cirotzki**

HVER GANG

- 2 Leder
- 4 Barnehagen min: Skogfuglen barnehage
- 8 Nyhetsblikk
- 10 Studentblikk **Rebecca Knoph Risvik**
- 13 Styrblikk **Cecilie Byholt**
- 41 Juss: Reglene ved redusert arbeidsevne
Bente Schei Ystehede
- 44 Mitt barnehageminne: Jonas Strand Gravli
- 46 Rommet overrasker: Byggebonanza
Trude Anette Brendeland
- 61 Min doktorgrad: Pia Paulsrud
- 69 Nye bøker
- 74 Barnehager verden rundt

SAGT I DETTE TIDSSKRIFTET

«Tilsette, styrar og eigar må saman belyse og redusere oppgåver som tar tid og merksemd vekk frå barnegruppa.»

ANITA HOLM CIROTZKI, SIDE 75



Les flere saker fra barnehagen på utdanningsnytt.no/forste-steg



Følg oss på [@forstesteg](https://twitter.com/forstesteg)



MIN SIDE FOR
MEDLEMMER
udf.no/min-side

«Det er så viktig å finne
slike små lommer av ro hvor
barn lærer at det er godt å
slappe av.»



ROLIG STUND: Rolige stunder med massasje, kunst og musikk er noen av aktivitetene som brukes for å skape en balanse mellom aktivitet og ro for Oliver, Kaia og William (bak) i Skogfuglen barnehage.



Gir barna verdifulle **PUSTEROM**

I Skogfuglen barnehage **brytes dagene opp med små lommer av ro** for å gi både barn og voksne mer overskudd i hverdagen.

TEKST: SISSEL FANTOFT FOTO: ANNE ELISABETH NÆSS

Skogfuglen barnehage i Oslo begynte med prosjektet «Barn i balanse» allerede i 2009, lenge før mindfulness ble et velbrukt begrep i dagligtalen.

– Det handler om å skape rolige situasjoner hvor barna kan hente seg litt inn. Barns aktivitetsnivå er høyt, og de trenger noen avbrekk hvor de kan samle seg, sier styrer Kjersti Øverby Haugen. Daglige hvilestunder på alle avdelinger, kompismassasje og rolige stunder med kunst og musikk er bare noen av aktivitetene som brukes for å skape en balanse mellom aktivitet og ro.

SONER FOR ROLIG LEK

– Vi er opptatt av å tilrettelegge lekemiljøet for å finne soner for rolig lek. Vi har hatt tilsyn fra bydelen, som blant annet gikk på støynivå, og scoret godt på det. Hver avdeling finner sin rytme og legger inn rolige avbrekk på tids-

punkter hvor de ser at barna blir slitne. Vi har holdt på med dette så lenge at det sitter i ryggmargen hos oss, sier hun.

– Fordi dette er basert på lang erfaring og en klar metodikk, har vi det under huden. Vi får ofte kommentarer fra foreldrene på at barna er en harmonisk gruppe. Vi merker at hvis vi voksne er rolige og nærværende, påvirker det også barna, sier Celine J. Hansen-Dahl, som er pedagogisk leder i småbarns-avdelingen Nøtteliten.

Skogfuglen barnehage

Den ligger i Bydel Ullern i Oslo.

Den hører inn under paraplyen Tårnsvalen, som består av totalt tre barnehager og tre familiebarnehager i Oslo og Bærum.

Den har 55 barn fordelt på én storbarnsavdeling og tre småbarnsavdelinger.

FREDSPEDAGOGIKK

Barn i balanse er basert på fem søyler, som hver er en vei inn til en harmonisk barnehagehverdag. *Stillhet* handler om å lytte, puste og være opptatt av nærvær. *Nære samtaler* handler om å lytte oppmerksomt til det barna

sier. *Langsomhet* innebærer langsomme bevegelser i kroppen. *Kreativitet* handler om å bruke kunst, drama, musikk og spontane øyeblikk til å få ro, mens *berøring* innebærer avspenning.



KOMPISMASSASJE: Mads slapper av mens han blir massert av en venn.

Kunstpedagog i Tårnsvalen barnehager, Mirella Flood, fikk ideen til «Barn i balanse» fra den svenske foreningen «Drømmen om det gode».

– De kaller det fredspedagogikk, og et-

PUSTEHULL: Gunnar, Mads og Thilde i dyp konsentrasjon over malesakene. Dagens oppgave er å blande farger og trykke penslene på papiet for å skape myke overganger.



SKAPER RO: – Barns aktivitetsnivå er høyt, og de trenger noen avbrekk hvor de kan hente seg litt inn, sier Kjersti Øverby Haugen (t.h.), som sammen med kunstpedagog Mirella jobber med å finne lommer av ro for barna i hverdagen.

ter et studiebesøk til svenske barnehager ble jeg veldig inspirert. Etter hvert skjønnte vi at for å jobbe med mindfulness for barn, må også de voksne finne sin egen balanse. Vi må for eksempel være oppmerksomme på stemmebruk, når vi setter på musikk, og stemningen i overgangssituasjoner, forteller hun.

Flood oversetter mindfulness til oppmerksomt nærvær på norsk.

– Voksne må være bevisste på hvor vi har oppmerksomheten vår – derfor har vi holdt flere kurs i mindfulness for ansatte. I en barnehage er det naturligvis mye aktivitet i løpet av dagen, og vi jobber med å finne balansen mellom det dynamiske og det rolige, sier hun. Hver mandag kommer Mirella Flood til Skogfuglen barnehage og har kunststund med noen av barna. Hver fredag får barnehagen besøk av en musikkpedagog.

Slik kan du få til ro i hverdagen

Skap lommer med ro i løpet av dagen.

Innfør ett minutt stillhet før dere spiser, for å skape ro rundt matbordet.

Vær opptatt av å skape rolige overgangssituasjoner, som når barna skal ut eller spise. Sang er en god måte å samle oppmerksomheten på i overganger, som «Klepå-sangen» og «Vaske hender-sangen».

Ha hvilestunder på faste tidspunkt også for større barn, gjerne med kompis massasje. Skap en stemning av ro i rommet før barna kommer inn, med rolig musikk, eventyr og dempet lys.

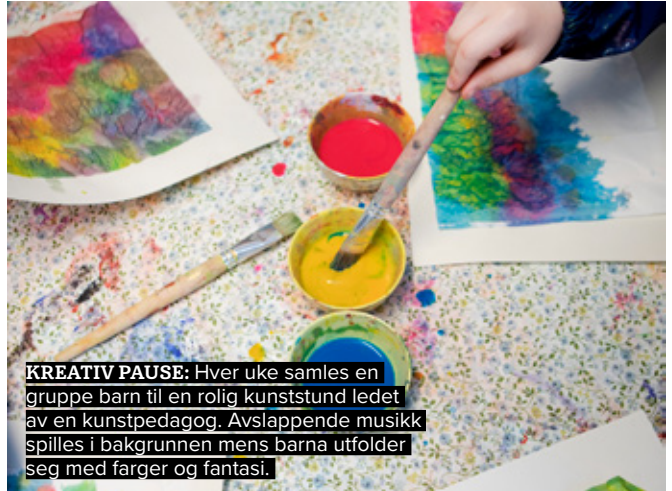
Ta med yogamatter ut i barnehagen og på tur, og la barna ta pauser hvor de ligger på mattene og ser opp på trær og skyer.

Ro ned med bøker, rolig lek eller fruktstund på slutten av dagen.

Kilde: Boka *Barn i balanse* av Anne Sælebakke



KUNSTNERSPIRER: Den ukentlige kunststunden er et høydepunkt for barna i Skogfuglen barnehage: Live (f.v.), William, Oliver, Gunnar, Mads og Thilde.



KREATIV PAUSE: Hver uke samles en gruppe barn til en rolig kunststund ledet av en kunstpedagog. Avslappende musikk spilles i bakgrunnen mens barna utfolder seg med farger og fantasi.



FARGELEDE: Gunnar viser stolt frem maleriet han har laget i kunststunden.



FREDELIG STUND: På småbarnsavdelingen får Henny (t.v.) og Hedda et pusterom i hverdagen gjennom rolig lek med Montessori-materiell.

– Kreativitet er også en vei inn til «Barn i balanse». Det er så viktig å finne slike små lommer av ro hvor barn lærer at det er godt å slappe av. Det er ikke nødvendigvis noe de kjenner selv, men hvis de erfarer det mange nok ganger, tar de det med seg videre, sier hun.

FOREBYGGER MOBBING

Etter spising er det tid for hvilestund hos Trollungene. Lyset er dempet, og fra høyttalerne strømmes Anne Cath. Vestlys rolige stemme. Halvparten av barna ligger på gulvet, mens resten langsomt ruller en massasjeball rundt på kroppen deres. Kompismassasje er en annen inngang til «Barn i balanse». Femåringene Oliver og Kaia liker godt massasjestundene.

– Det er veldig deilig når Kaia masserer meg. Det kan være ganske kjedelig å bare ligge på gulvet, men jeg synes det er gøy

å få massasje, eller når jeg masserer de andre, sier Oliver.

– Jeg liker også veldig godt å lage kunst med Mirella. En gang laget vi brett-utmonstre, og det var kjempegøy, tilføyer Kaia.

– Jeg blir rolig i hodet mitt når jeg maler bilder, for da konsentrerer jeg meg, sier Oliver.

Professor i fysiologi Kerstin Uvnas Moberg ved Karolinska institutet i Stockholm har forsket på effektene av oksytocin, som gjerne omtales som nærhetens hormon. Ved berøring som massasje frigjøres oksytocin i blodet, samtidig som nivået av stresshormonet kortisol synker.

– Den du masserer, slår du ikke. Kompismassasje fører til færre konflikter og virker forebyggende på mobbing, forteller Mirella Flood.

sissel.fantoft@gmail.com

«Jeg blir rolig i hodet mitt når jeg maler bilder, for da konsentrerer jeg meg.»



PEDAGOGISK LEDER: – Vi merker at hvis vi voksne er rolige, påvirker det også barna, sier Celine J. Hansen-Dahl. Foto: privat



Ansattes holdninger påvirker barnas fysiske aktivitet

HOLDNINGER OG PERSONALKULTUR ER MED PÅ Å BEGRENSE BARNAS FYSISKE AKTIVITET i barnehage, viser forskning fra Dronning Mauds Minne Høgskole (DMMH). «Vi får ikke gjort så mye som jeg ønsker. Kulturen i barnehagen bestemmer, noen er mer opptatt av tegning inne enn fysisk aktivitet ute», sier en av pedagogene i studien. Ti barnehagelærere fra ti barnehager deltok, fem av dem fra natur- eller friluftsbarnehager. Flere pedagoger fra ordinære barnehager enn fra friluftsbarnehager erfarte at barnas klær, transport til turmålet, vær og årstid begrenset arbeidet med fysisk aktivitet, ifølge Kathrine Bjørgen, en av forskerne bak studien. (forskning.no)

«Barn, de skal man snakke til
som til alle andre folk.»

Anne-Cath Vestly (1920–2008)



SPØRSMÅL OM ABONNEMENT?

MEDLEM: medlem@udf.no
IKKE-MEDLEM:
abonnement@utdanningsnytt.no

TIPS OSS om ny forskning og
nyheter på line@utdanningsnytt.no

97 %

av foreldrene mener
barnet trives godt i barne-
hagen, mens 3 prosent
mener det ikke gjør det,
viser Foreldreundersø-
kelsen 2025. De fleste
foreldre sier de får god
informasjon, har god
dialog med ansatte og
er fornøyd med ute- og
innemiljøet i barnehagen.
1 av 5 er misfornøyd med
antall ansatte per barn.

(udir.no)



Altfor mye støy i barnehager

Halvparten av 67 barnehager i Oslo
hadde avvik knyttet til støy og lydfor-
hold, viser en tilsynsrapport fra Helse-
etaten i Oslo kommune. De kommuna-
le barnehagene hadde flere avvik enn
de private. Støy kan føre til mer stress
og at du blir sliten og mer ukonsen-
trert. Det kan bidra til helseplager over
tid. (barnehage.no)



Hun har skrevet barnebok om å lytte til barn

Barnehagelærer og spesialpedagog Anne Lundemo (58) har jobbet tett på barn i over 30 år og har alltid vært opptatt av å lytte til barn, virkelig lytte, med hjertet. Det har resultert i bildeboka *Gnist og morfar* om hvordan Gnist kan se i øynene til morfar at noe er annerledes. En fin og tankevekkende bok som handler om å ta barn på alvor og hvordan man lytter til dem. Barnehagelærer og grafisk designer Karianne Sunde har illustrert boka.



Nye barnehager kan få tilfluktsrom

Når det bygges nye barnehager i fremtiden, kan de bli nødt til å planlegge tilfluktsrom. Å gjeninnføre plikten til å bygge tilfluktsrom er et av målene i den nye Totalberedskapsmeldingen. Det er ikke bygget tilfluktsrom i Norge siden 1998, og vi har en dekningsgrad på 45 prosent beskyttelse. Det er langt lavere enn våre naboland.

(nrk.no)



Ansatte har fått økt kunnskap om vold og overgrep

Barnehageansatte som har deltatt i opplæringsprogrammet Stine Sofies Barnehagepakke, rapporterer at de har fått økt kunnskap om vold og omsorgssvikt. De har fått større tillit til at systemet håndterer slike saker på en god måte. De opplevde også at de ble bedre rustet til å håndtere bekymringer om vold og omsorgssvikt. Det viser en evaluering Folkehelseinstituttet (FHI) har gjort på oppdrag fra Stine Sofies Stiftelse.

– Evalueringen viser at Barnehagepakken ga ansatte bedre personlige forutsetninger for å håndtere bekymring om vold og omsorgssvikt, sier Lasse Bang, seniorforsker i FHI, i en pressemelding. Opplæringen har ikke hatt effekt på antall innsendte bekymringsmeldinger. 1363 ansatte fra 163 barnehager deltok. Halvparten fikk opplæring, og resten var kontrollgruppe. Foto: Kjell Inge Søreide

Litt mer fornøyde studenter

Barnehagelærerstudentene er litt mer fornøyd med studiet i 2024 enn året før, viser tall fra Studiebarometeret. På en skala fra 1 til 5, der 5 er høyest tilfredshet, skårer barnehagelærerutdanningen 3,9 blant de 928 barnehagelærerstudentene som deltok. Det er en økning fra året før (3,8), men er fortsatt litt under snittet for alle utdanningstyper – som ligger på 4,0.

Religionsstudentene er mest fornøyd med studiet (4,5).

(barnehage.no)

DE 10 MEST LESTE BØKENE I BARNEHAGEN

Her er en oversikt over bøkene ansatte leser mest for barna i norske barnehager, ifølge en studie fra Universitetet i Agder. 1192 barnehagelærere deltok i studien. På topp ti-lista finner vi mange eldre tekster, ifølge Agnes-Margrethe Bjorvand, en av forskerne bak studien. Bøkene om Albert Åberg og Emma og Thomas ble skrevet på 1970-tallet, og bøkene om Karsten og Petra er fra 1990-tallet. (barnehage.no)

1. Bukkene Bruse
2. Gruffalo
3. Skinnvotten
4. Lillesøster
5. Albert Åberg
6. Karsten og Petra
7. Pulverheksa
8. Jakob og Neikob
9. Emma og Tomas
10. Den lille larven Aldrimett



Fraværet blant elever i skolen øker. Ved å skape gode relasjoner mellom barna kan barnehagelærerne bidra til å redusere fraværet, skriver Rebecca Knoph Risvik.

Barnehagen kan forebygge skolefravær



Rebecca Knoph Risvik
barnehagelærerstudent ved
Universitetet i Sørøst-Norge
(USN), Vestfold
beccikr@gmail.com
Foto: privat

”
Hva vi omgir oss
med, og erfarer i
ung alder, former
oss som mennesker.

En elev på 10. trinn hadde typisk åtte dager og sju enkelttimer fravær i 2023–24. Det er én time mer enn i skoleåret 2022–23. Sammenlignet med skoleåret før pandemien er det en økning på to dager og to timer, viser tall fra Utdanningsdirektoratet.

Jeg tenker titt og ofte på hvilken stor påvirkningskraft barnehagelærerne har i barnas liv, og hva vi kan gjøre for å bidra til å redusere dette fraværet.

ALLE SEILER IKKE GJENNOM

Vi har en mal alle skal passe inn i. Det vi kaller «normalen». For mange fungerer det fint, og de kommer seg gjennom barnehagen og skolen uten spesielle utfordringer. Det gjelder likevel ikke alle. De som opplever skolen som utfordrende, er ikke bare de som har behov for spesialpedagogisk tilpasning. Dette gjelder også mange andre barn. Det er utallige historier som fører til dette fraværet. Så hvordan omfavner vi alle disse barna?

Jeg mener det aller viktigste er at hvert enkelt barn opplever å bli sett, å være en del av et fellesskap og å utvikle vennskap. Det er vår oppgave som barnehagelærere å se til at det blir gjort (Rammeplan, s. 22, 2017).

EVNE TIL Å SE HVERANDRE

I en av mine praksisbarnehager jobbet de kontinuerlig med fellesskap og vennskap, og jeg føler de hadde knekt koden for et optimalt barnehagemiljø. Skolestartere hadde en imponerende evne til å se hverandre.

De var gode på å inkludere i lek. De kunne se på avstand om noen var ensomme. Jeg kan ikke huske at jeg en eneste gang i praksisperioden observerte utenforskap, utestenging eller store konflikter. Da jeg besøkte skolen i min praksis, var det som om de barna hadde tatt med seg disse gode verdiene og sin sosiale kompetanse inn i klassen. De hadde et fantastisk klassemiljø. De var observante mot hverandre, tålmodige og gode på kommunikasjon. De var trygge barn som kunne være seg selv blant sine klassekamerater.

VI MÅ VÆRE PÅ JOBB

Sosial kompetanse er en forutsetning for å fungere godt sammen med andre mennesker, både i barnehagen og som voksen. Dette grunnlaget dannes tidlig i livet. Tidlig innsats er derfor viktig for å forebygge skolefravær. Hva vi omgir oss med og erfarer i ung alder, former oss som mennesker. Vi som barnehagelærere må skape gode relasjoner til barna. Vi må lære hvert enkelt individ å kjenne, og legge til rette for at barna opplever mestring og bruker sine evner på best mulig måte. Det gjelder også de barna som opplever ikke å bli sett og forstått. Vi skal skape selvsikre og trygge barn. Da må vi være vårt ansvar bevisst.

I hvert nummer inviterer vi en student til å skrive om et tema hen brenner for.

NYE LESELØVER!



HVORDAN LÆRER MAN SEG Å LESE?

Bli en boksluker! Start på nivå 1 og les deg oppover.
Det finnes mange spennende bøker for hvert trinn i trappen.
Når man mestrer nivå 1, er det bare å ta neste steg, og neste og neste ...

Hvert nivå er tilpasset akkurat der du er.
I Leseløvene finner du spennende, morsomme og skumle historier eller faktabøker.
Finn din favoritt!

**NYTT DESIGN
- SAMME GODE
INNHOOLD!**



NIVÅ 1



EKSTRA LETT Å LESE

Korte setninger
med mange bilder.

Perfekt som første
bok å lese selv.



NIVÅ 2



LETT Å LESE

Litt lengre setninger.

Enkle ord og
mange bilder.



NIVÅ 3



LITT MER Å LESE

Lengre setninger.
Flere utfordrende
ord.

Fortsatt bilder
på hver side.



NIVÅ 4



MER Å LESE

Enda lengre
tekster.
Fortsatt mange
bilder.

Perfekt for å få
opp lesekondisen!

**NÅ HAR
DU GOD
LESEKONDIS!**

A portrait of Line Fredheim Storvik, a woman with shoulder-length brown hair and blue eyes, smiling. She is wearing a blue and white vertically striped top with a ruffled neckline. The background is a plain, light grey.

Jeg som redaktør garanterer deg som leser...

...at vi i redaksjonen skal fortsette
å skrive om det som er viktig for deg -
like unikt på mobilen som i bladet!

Line Fredheim Storvik

Ansvarlig redaktør i Første Steg

Foto: Charlotte Wiig

For barn med nedsatt hørsel er tegnspråk selve nøkkelen til å forstå og bli forstått og å kunne delta i lek med andre barn, **skriver Cecilie Byholt.**

Vi trenger å bevare tegnspråklige barnehager



Cecilie Byholt

Styrer i Aulerød barnehage for hørselshemmede i Tønsberg kommune
ellen.cecilie.byholt@tonsberg.kommune.no
 Foto: privat

”Å gi barn en trygg plass der de kan lære, leke og uttrykke seg på sitt eget språk, bør være en selvfølge – ikke en kamp.

I en tegnspråklig barnehage skapes et unikt fellesskap. Det er mer enn et pedagogisk tilbud – det er et lite samfunn i samfunnet, der barn får tilgang til sitt språk fra dag én. For barn med nedsatt hørsel er tegnspråk ikke bare et kommunikasjonsverktøy, men selve nøkkelen til å forstå og bli forstått, til å uttrykke følelser og tanker og å delta i lek på lik linje med andre barn.

SIKRE TILBUD

Men veien til et sterkt og godt tegnspråklig miljø er ikke alltid enkel. Det krever kunnskap og en genuin interesse fra alle involverte – ikke minst fra dem som sitter med ansvaret for ressursene: kommunen. Vi ser dessverre at både kommunene, PPT og helsesykepleiere ofte har for lite kunnskap om hva det vil si å gi et solid og forutsigbart tilbud for hørselshemmede barn.

I dag finnes det få tilbud for hørselshemmede i Norge. I Vestfold er Aulerød barnehage den eneste barnehagen med et tilrettelagt tilbud for hørselshemmede og som har ansatte med tegnspråk som sitt førstespråk.

Barnehagen må være et sted hvor barn ikke bare lærer et språk, men også får øve seg på å leke, bygge vennskap og forstå verden rundt seg. Leken er livsviktig – det er der barn knekker koder, forstår sosial dynamikk og får erfaringer som former dem for livet.

ØNSKER Å BLI LYTTET TIL

Vi som jobber i barnehager for hørselshemmede ser hvor viktig det er å ha en arena hvor barn kan utvikle seg i et språk-

miljø som er tilpasset deres behov. Vi har fagkunnskapen, vi vet hva som kreves, og vi ønsker å bli lyttet til. Å gi barn en trygg plass der de kan lære, leke og uttrykke seg på sitt eget språk, bør være en selvfølge – ikke en kamp.

Et tiltak for å gi disse barna et bedre tilbud kan være å samle alle hørselshemmede barn i kommunen i én barnehage, for å skape et miljø for barn og ansatte med denne kompetansen. Tilbudet bør være interkommunalt, slik at barn fra nabokommuner kan søke plass. Det slår også NOU 2023: 20 *Tegnspråk for livet* fast. Da får barna mange å samhandle med som kan deres språk. Ikke et sted hvor én eller to kan litt tegn.

SPESIALKOMPETANSE

I dag har vår barnehage to spesialpedagoger med kompetanse innen språk, hørsel, lyttetrening og andre diagnoser som noen barn med nedsatt hørsel har. Kompetansen er opparbeidet over tid. De ansatte er kommunikasjons hjelpere, som bidrar til at barn kan forstå og blir forstått ut ifra sitt potensial. Hvordan kan vi sørge for at flere hørselshemmede barn får et godt tilbud? Det er på tide å ta denne samtalen på alvor.

I hvert nummer inviterer vi en styrer til å skrive om et tema styreren brenner for.

VOLD I BARNDOMMEN: Den psykiske volden, som styrer Sofie Elvebredd i opplevde i barndommen, gjør at hun lettere tør å tenke at et barn ikke har det bra, når hun mistenker det.

**«MOTGANG ER SUNT
SÅ LENGE BARNA HAR
VERKTØY OG STØTTE
TIL Å TAKLE DET.»**

Her lærer barna å stå i utfordringer

Styrer Sofie Elvebredd **bruker egne erfaringer med psykisk vold** til å hjelpe barnehagebarna med å møte medgang og motgang.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: CHARLOTTE WIIG

Livsmestring er evnen til å takle det som kommer, i både med- og motgang. Det innebærer å våge – selv om muligheten for å feile er til stede. Livsmestring handler om ikke å knekke ved første utfordring. Vi må gi barna evnen til å reise seg og tørre å prøve igjen, sier barnehagelærer og styrer Sofie Elvebredd i Harbitz aktivitetsbarnehage i Oslo.

Hun sier barn trenger nødvendige verktøy for å komme forbi mentale, emosjonelle og sosiale hindringer for å kunne håndtere livet. Språk og motoriske ferdigheter er eksempler på slike verktøy.

UTFORDRINGER ER IKKE NEGATIVT

– Vi ville skape en barnehage der barn lærer å mestre livet. Derfor startet vi en aktivitetsbarnehage. Å være i aktivitet og å kjenne bevegelsesglede er en viktig del av livsmestringen. Sunn livsstil og mat- og måltidsglede er grunnleggende. Vi jobber med trygg tilknytning, som er en forutsetning for god fysisk og mental utvikling. I tillegg er vi opptatt av å fange opp vold og omsorgssvikt, sier Elvebredd.

Ingen går gjennom livet uten å møte utfordringer. Mentalt er det avgjørende å gi barna en god innstilling til utfordringer, ifølge Elvebredd.

– Dersom voksne ordner opp når et barn kranter med vennen sin, lærer ikke barna å takle konflikter selv. Vi må gå foran som gode rollemodeller og veilede. Barn trenger å erfare at det ikke er negativt å stå i utfordringer, sier Elvebredd.

– Hvis vi koster veien foran dem, fjerner vi de naturlige hindringene som skal bli større og større i livet, sier styreren.

Barn vil bli fratatt leker, få skrubbsår og oppleve ikke å ha venner.

– Motgang er sunt så lenge barna har verktøy – og støtte – til å takle det, sier Elvebredd.

Hun erfarer at det å takle motgang gir livsmestring i praksis.

– Et barn som ikke har lært seg det, vil for eksempel få problemer med å håndtere et jobbavslag som ung voksen, eller om kjæresten er utro. Mange ungdommer er deprimerte fordi de ikke takler livet, sier hun.

VIL GI BARN GOD SELVFØLELSE

Målet er robuste barn. Med det mener Elvebredd barn



SPRÅK SOM VERKTØY:
I Harbitz aktivitetsbarnehage er styrer Sofie Elvebredd opptatt av å lære barna et språk som gjør at de kan si ifra: Jan U. Nore (foran tv.), Chloé Rambech, Thorvald U. Nore (bak), Teo J. Stoa og Magnus Rambech.



AKTIVE: Aktivitet er en viktig brikke i livsmestringen, sier styrer Sofie Elvebredd, som skilr sammen med Thorvald U. Nore (t.v.), Magnus Rambech, Jan U. Nore (t.h.) og Teo J. Stoa.

SLIK KAN DU GJØRE BARN MER ROBUSTE

- Barn trenger trygge voksne som er bevisst sin egen rolle og tar ansvar for relasjonen til barnet.
- Vær bevisst din egen fortid. Det kan åpne øynene for barnets utfordringer på en annen måte.
- Er du bevisst din egen fortid, vil du se barnets behov og sette dette foran ditt eget ubehag.
- De voksne må kjenne hvert enkelt barn og vite hva det trenger. Barn bør behandles ulikt, fordi de har ulike utgangspunkt.
- Gi barna utfordringer og hjelp i trygge omgivelser, slik at de kan vokse på erfaringene.
- Barn trenger voksne som tør å tenke det verste for barnets beste, og som tåler å stå i stormen sammen med dem.

Kilde: Sofie Elvebredd.

som tåler en støyt. Barna skal likevel ikke håndtere alle utfordringer alene.

– Det er like viktig å kunne be om hjelp. For ingen skal stå alene dersom de ikke vil det, mener Elvebredd.

For å bli robuste trenger barna god selvfølelse og nok selvtillit til å håndtere det som kommer. Styreren erfarer at robusthet vokser frem når voksne tillater barn å kjede seg, gir dem lov til å krangle, lærer dem at erting ikke er mobbing, og lar dem få lov til å løse konflikter selv.

**«DERSOM VOKSNE
ORDNER OPP
NÅR ET BARN
KRANGLER MED
VENNEN SIN,
LÆRER IKKE
BARNA Å TAKLE
KONFLIKTER
SELV.»**

ROBUSTE VOKSNE

I Harbitz aktivitetsbarnehage er de også opptatt av robuste voksne, som Elvebredd beskriver som en polstret vegg.

– Barn trenger en vegg de ikke får hjernerystelse av å stange i, men som heller ikke er så fleksibel at den forskyves. Robuste

voksne står stødig og lar barna prøve og feile selv, sier hun. Voksne må være større og sterkere enn barnet, ifølge Elvebredd. Men det er ikke nok å være stor og sterk. Da blir man hard. Voksne trenger å være gode også. Men å «bare» være god kan gjøre oss svake

og ettergivende. En voksen som balanserer disse egenskapene, oppleves som en trygg voksen. Barnehagen jobber mye med tilknytning og baserer seg blant annet på Circle of Security (COS), som bygger på tilknytningsteori og forskning.

– Robuste voksne stikker heller ikke hodet i sanden, men tør å tenke det verste når et barn har fysiske merker eller har en adferd som tilsier at barnet kan ha det vanskelig hjemme, sier hun.

VOKSTE OPP MED PSYKISK VOLD

Da Elvebredd var 28 år og nyutdannet barnehagelærer, var hun på et seminar om vold.

– Psykisk vold ble definert for meg for første gang. Det var som å få et knyttneveslag i ansiktet. Det gikk opp for meg at jeg var voldsutsatt i barndommen, forteller hun.

Elvebredd understreker at hun har en veldig fin mamma, som hun har – og alltid har hatt – et godt forhold til. Faren er nå død.

– Pappa var ikke grei når mamma ikke var hjemme. Det var som regel ord, men han kunne lugge også. En gang han og jeg var alene og det var dårlig stemning, gikk jeg bare og la meg. Litt etterpå kom han inn på rommet med lys og hyggelig stemme og kommenterte at jeg hadde lagt meg uten å si god natt. Jeg lå med ansiktet mot veggen, og pappa tok tak i

TAR UTFORDRINGER: Styrer Sofie Elvebredd i Harbitz aktivitetsbarnehage erfarer at barn blir robuste når voksne tillater barn å kjede seg og lar dem få lov til å løse konflikter selv. Her er hun sammen med Chloé Rambech (t.v.) og Erika U. Nore.



ANNONSE

håret mitt. Han dro meg rundt. Nå var stemmen sint og mørk – og han sa: «Det gjør du FAEN meg ikke en gang til», sier Elvebredd. Det gjorde hun ikke. Faren var uforutsigbar, og hun ble et «lydig» barn.

BRUKER EGNE ERFARINGER

Elvebredd følte hun gikk på eggesskall i barndommen. Hun visste aldri når de ville knuse.

– Psykisk vold kan være mer skadelig enn fysisk fordi den ikke synes. Den er vanskelig å se og få grep om, sier barnehagelæreren, som selv vokste opp i en familie som virket perfekt utad.

De bodde i villa, hadde to biler og hytte med båt, dro på fine ferier, og faren var engasjert i en losje.

– Jeg var 15 da vi flyttet fra pappa, og siden snakket jeg ikke med ham på 22 år – med unntak av da jeg spurte om han skulle ha pose i kassen på butikken der jeg jobbet i ungdomstiden, sier Elvebredd. 20 år gammel ble hun sykemeldt og begynte hos psyko-motorisk fysioterapeut. Aldri hadde fysioterapeuten sett en så stiv kropp som hennes. I dag har Elvebredd bearbeidet erfaringene fra barndommen.

– Jeg bruker det jeg har opplevd aktivt. Det hjelper meg til ikke å stikke hodet i sanden. Vi kan ikke fortie, men må snakke temaet i hjel, sier Elvebredd.

godkommunikasjon@gmail.com

Sosial og emosjonell utvikling og livsmestring for de eldste barna i barnehagen

- Varighet: to semestre
- Fleksibelt og heldigitalt
- 10 studiepoeng
- Praktisk studium
- Norsk pensum
- Ingen studieavgift
- Oppstart høsten 2025



Læringsmiljøsentret

Universitetet i Stavanger

Søk her!





FORSKER: Elisabeth Solheim
Buøen sier vi kan redusere stress for barnet ved barnehagestart ved at barnet får lov til å bli kjent med én til to ansatte og bli trygg på disse først. Foto: RBUP



PROFESSOR: May Britt Drugli
sier at det å sørge for at barn finner seg godt til rette når de starter i barnehagen, er viktig for å redusere stressnivået gjennom barnehageåret. Foto: NTNU

De yngste barnehagebarna er mest stresset

Det kan ta så mye som et halvt år **før de yngste barna blir trygge i barnehagen**, viser forskning.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: ADOBE STOCK

A starte i barnehagen innebærer stress for barnet. Foreldrene «blir borte», og i starten vet ikke barnet helt om de kommer tilbake. For at barnet skal bli trygt, må det gjentatt erfare at foreldrene kommer tilbake, og at ansatte er tilgjengelige for trøst og kontakt, sier Elisabeth Solheim Buøen. Hun er klinisk psykolog og forsker 1 ved RBUP Øst og Sør. Det tar fire til seks uker for de fleste barn å falle helt til ro, ifølge studier i *Trygg før 3* fra 2024. For noen tar det så lang tid som et halvt år.

– Tilvenning er ikke gjort i løpet av tre dager. Det tar tid å bli trygg, sier Buøen, som har ledet forskningsprosjektet *Trygg før 3*, som er avsluttet.

STRESSNIVÅET ØKER

Basert på data fra *Trygg før 3* har forskere undersøkt stressnivået hjemme og i barnehagen hos 320 barn på småbarnsavdelinger. Målinger av stresshormonet kortisol i barnas spytt ble gjort i februar, slik at stress i forbindelse med tilvenning ikke skulle påvirke dataene.

– Vi fikk bekreftet tidligere funn om at stressnivået øker fra morgen til ettermiddag i barnehagen, mens det synker på hjemmedager. I en normal biorytme

skal nivået av kortisol synke gjennom dagen. Det gjør det ikke i barnehagen, sier professor i pedagogikk ved NTNU, May Britt Drugli.

DE YNGSTE ER MEST SÅRBARE

Den nye forskningen viser at yngre barn har høyere stressnivå enn de litt eldre.

– Det tyder på at de yngste er mest sårbare når det gjelder for eksempel regulering av inntrykk og følelser, sier Drugli. Mer enn tre barn per ansatt og dårlig organisering av dagen bidrar til å øke barns stressnivå i løpet av barnehagedagen, viser studien. Barna blir mindre stresset når ansatte er på forskudd, aktivitetene er godt organisert, og det er en rolig atmosfære, viser studien. En tidligere studie viser at





STRESSET: Forskning viser at stressnivået hos barnehagebarn øker fra morgen til ettermiddag i barnehagen, mens det synker på hjemmedager.

DETTE KAN BESKYTTE BARN MOT STRESS

Overganger: La barnet få god tid til å bli kjent med barnehagen, ansatte og noen av barna før barnehagestart. Starter barnet i august, kan barnet besøke barnehagen med foreldrene gjennom våren.

Foreldreaktiv tilvenning: Foreldrene bør være med barnet i barnehagen i minst fem dager, slik at personalet gradvis kan ta over stell og legging. Da får barnet en relasjon til *det nye* (ansatte) med *det trygge* (foreldrene) til stede.

Tilpasning: Ha en god dagsrytme og organiser barnehagedagen tilpasset små barns behov. Mindre barnegrupper fungerer godt for små barn. Bemanningsnormen må oppfylles.

Foreldresamarbeid: Et nært samarbeid kan avdekke og bidra til å støtte de barna som strever med overgangen til barnehage. Barna tar i stor grad ut det de strever med i barnehagen, når de kommer hjem, fordi stressnivået da synker.

Kilder: Professor i pedagogikk May Britt Drugli ved NTNU og forsker 1 Elisabet Solheim Buøen RBUP Øst og Sør.

de yngste barna med de lengste barnehagedagene har høyest stressnivå.

– I tidligere studier har vi også funnet at det er sammenheng mellom barns trivsel og stress i barnehagen, samt at små barn tar ut slitenhet og stress hjemme etter barnehagen. Når de kommer hjem, synker kortisolnivået, og det er da reaksjonene ser ut til å komme, sier Drugli. Barn som er stresset, trives dårligere. Det å bidra til å redusere stress vil øke barnets trivsel, ifølge Drugli.

VIKTIG Å REGULERE BARNES STRESS

Drugli sier at vi ennå ikke vet nok om hva økt stress i løpet av barnehagedagen betyr for barn på kort eller lang sikt.

– Forhåpentligvis kan denne formen for stress

klassifiseres som tolerabelt stress. Men inntil vi har god nok kunnskap, er det tryggest å ha som ambisjon å legge til rette for at stressnivået øker minst mulig gjennom dagen, påpeker Drugli.

Buøen sier at vi ikke har holdepunkter for å si at stresset barn opplever når de starter i barnehagen, er skadelig for de fleste, men at mye tyder på at det heller ikke utelukkende er positivt stress.

– Det er avgjørende at barna får god hjelp til å regulere stress, sier Buøen. For å få det til trengs det nok og kompetente ansatte på jobb, slik at det oppleves stabilt for barna, ifølge Buøen. Det er også viktig med forutsigbarhet. Det betyr gode rutiner og overganger, slik at barna vet hva som forventes av dem.

godkommunikasjon@gmail.com

– Vi trengte å finne indre ro før vi kunne lære det bort til barna

Ansatte i Borgen barnehage gikk på kurs for å lære seg å finne ro. **Resultatet ble ukentlig yoga og barnemassasje** – og mer harmoniske barn.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: GEIR DOKKEN





INDRE RO: Gustav Skar-Heggelund og Josefine Høglund Bråtesveen nyter stillheten i rommet etter yogaøkten.

Vi ønsker å gi barna verktøy og erfaringer som kan gi dem indre ro – som en motvekt til mye av det stresset de erfarer på andre arenaer, sier barne- og ungdomsarbeider Anette Wilberg Ulven i Borgen barnehage i Moelv i Innlandet fylke. Det hele startet for åtte år siden.

VAR PÅ KURS I QIGONG

Det var tidligere styrer Lise Lyngar som satte de ansatte på tanken om å ha hvilestunder i barnehagen. Gjennom over 40 års arbeid med barn så hun at både barn, personale og foreldre var mer stresset enn før, og at det var mer uro blant barna. Hun tok derfor initiativ til at personalet skulle gå på qigong-kurs. Qigong er puste- og bevegelsesteknikker som ble utviklet i Kina for flere tusen år siden. «Qi» er det kinesiske ordet for livskraft, og «gong» betyr å praktisere eller arbeide med.

– Lise hadde lagt merke til at vi ansatte var veldig fokuserte på å være effektive for å rekke alle frister. Hun mente vi trengte å finne indre ro før vi kunne lære det bort til barna, sier Ulven. Nåværende styrer Bård B. Løkken sier de opplever at barna er harmoniske og roligere etter at de begynte med yoga og barnemassasje og la til rette for stille stunder.

– Men vi vet jo ikke hvordan det ville vært om vi ikke hadde gjort dette – så det er vanskelig å dokumentere, svarer styreren.

GOD SIRKEL

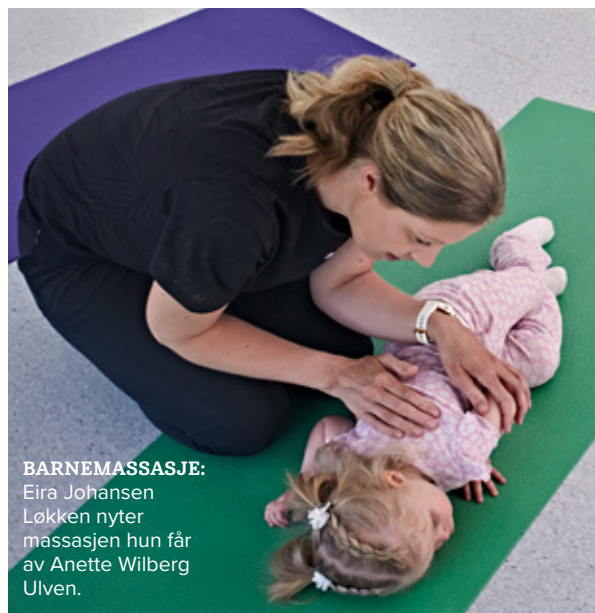
På qigong-kurset lærte de blant annet pusteteknikker som krevde full tilstedeværelse. Dette ble starten på «et nytt kapittel», der flere ansatte fikk kurs i barneyo-

NAMASTE: Hver onsdag morgen klokken ti er det yoga for barn i alderen ett til fem år i Borgen barnehage i Moelv.





BROØVELSE: Barne- og ungdomsarbeider Anette Wilberg Ulven forteller barna at det å gjøre så godt de kan, er mer enn godt nok når de gjør yoga.



BARNEMASSASJE: Eira Johansen Løkken nyter massasjen hun får av Anette Wilberg Ulven.



BEROLIGENDE: Små føtter, som har løpt langt, får beroligende massasje i barnehagen.

«VI OPPLEVER AT DEN VENNLIGE BERØRINGEN SKAPER GODE RELASJONER.»

ga, eventyryoga, naturyoga og barnemassasje. Barna tar også med seg yoga og massasje inn i leken.

– En dag la mange barn seg ned på gulvet – og andre kjørte biler på dem, fra topp til tå, som var en form for massasje og vennlig berøring, sier styreren.

Massasje og vennlig berøring er også en del av leken når barna ruller hverandre inn i tepper, som en pølse i lompe – og later som de tar på ketchup, sennep og løk.

– Vi opplever at den vennlige berøringen skaper gode relasjoner. Det er høyere terskel for å gjøre noe vondt mot et barn du har vært god mot, sier barne- og ungdomsarbeider Malin Kaspara Dambuen.

ROLIG ATMOSFÆRE

Åtte barn i alderen ett til fem år er på vei inn til yoga. Fra høyttaleren kommer beroligende musikk, og yogamatter i ulike farger danner en sirkel på gulvet. I midten har Ulven og Dambuen laget et podium dekket av speilfløyel og tyll – med stemningsfullt lys, yoga-

SLIK KAN DU HJELPE BARN TIL Å FINNE INDRE RO

Yoga: Lag en rolig yogastund i barnehagen. Ta gjerne utgangspunkt i yogakort eller et yogaeventyr. Aldersblandede grupper fungerer bra, fordi de minste tar etter de eldste barna. Ha gjerne to instruktører og åtte barn per yogagruppe. Yoga skal ikke være prestasjon eller konkurranse. Fortell barna at alle er god nok som de er, da vil ikke barna sammenligne seg med hverandre.

Barnemassasje: Massasjen er lett og forsiktig, som en vennlig berøring. Gi massasjen i en sammenhengende bevegelse, slik at barnet vet hvor hen blir berørt til enhver tid.

Stillhet i naturen: La barna legge seg ned på bakken og la tankene flyte, se opp på trærne og skyformasjonene på himmelen, lytte til fuglekvisper eller bare ligge og drømme. Det er en fin måte å få «hverdagsmas» til å forsvinne på.

Kilder: Barne- og ungdomsarbeiderne Anette Wilberg Ulven og Malin Kaspara Dambuen i Borgen barnehage i Moelv. Hun har flere kurs i barneyoga og massasje.



STYRER: Bård B. Løkken erfarer at barna i Borgen barnehage i Moelv er en harmonisk gruppe.

HARMONISKE ANSATTE: Da barne- og ungdomsarbeiderne Anette Wilberg Ulven (t.h.) og Malin Kaspara Dambuen erfarte å kjenne på indre ro etter å ha gått på et qigong-kurs, opplevde de at det var lettere å hjelpe barna til å finne ro inni seg.



YOGAKORT: Barna velger hvert sitt yogakort, som alle har øvelser for en variert økt.

kort, bamser og filtblomster. Dambuen, som leder yogaøkten, minner om at alle gjør så godt de kan – og at det er godt nok. Barna gnir håndflatene mot hverandre, legger hendene mot brystet og kjenner varmen fra sine egne håndflater. Noen smiler, andre ser drømmende ut i luften. Det er ingen tvil om at barna er til stede i øyeblikket og liker den rolige atmosfæren.

KJENN OG FØL

«Du er en løve, sterk der du sitter. Vokter din flokk, snuser og titter. Bøy deg nå frem, kjenn og føl. Åpne din munn, lag et løvebrøl», sier Dambuen. Barna lytter nøye før de lager løveposisjonen og brøler i kor. Etter øvelsene hviler barna på matten. Barnehagens egne yogainstruktører vil gi barna rom for å reflektere – og etter en stund blir de spurt om de har drømt noe.

– Spesielt når vi har eventyryoga, deler barna mange spennende drømmer, sier Ulven.

Til slutt får de tilbud om barnemassasje. De fleste

vil ha, men Dambuen understreker at barna vet at det er greit å takke nei.

MESTRING

Dambuen og Ulven forteller om en gutt som hadde mye indre uro. Han ønsket alltid å være med på yoga, men ville ikke delta.

– Han ble rolig å være med, selv om han bare observerte, sier Ulven.

Bård nikker.

– Dere kunne ha tenkt og sagt at det ikke var noen vits i at han var med. Men dere lot ham få være med gang på gang – og da løsnet det, sier han.

– Ja, en dag ville han gjøre yoga selv – og da kunne han alle øvelsene, sier Ulven.

Både hun og Dambuen blir rørt når de tenker på det øyeblikket gutten mestret yogaen.

– Grunnsynet vårt er å se alle og forsøke å trekke frem det positive i hver og en, sier Ulven.

godkommunikasjon@gmail.com

Utetiden er viktig for barns livsmestring

Barn som har mulighet til å utforske et variert fysisk miljø ute i barnehagen, **blir mer robuste.**

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK FOTO: ADOBE STOCK OG DMMH



UTEOMRÅDET ER VIKTIG:

– Er uteområdet kjedelig, vil mange barn bare gå og trø. Det er ikke så bra for barns livsmestring, mener høyskolelektor Anne Holla Sivertsen ved DMMH.



HØYSKOLELEKTOR: – Barn som har vokst opp i utrygge familiesituasjoner eller har opplevd krig og flukt, trenger hjelp av de barnehageansatte for å bli trygge nok til å utforske livet, sier Elisabeth Walsøe Lehn ved DMMH.

Det sier høyskolelektor Anne Holla Sivertsen ved Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning (DMMH). Hun underviser i fordypningen barndom, helse og livsmestring og har forsket på barns trivsel og medvirkning i barnehagens inne- og utemiljø.

– Utetid er en viktig arena for å jobbe med barns livsmestring. Er uteområdet kjedelig, vil mange barn bare gå og trø. Det er ikke så bra for barns livsmestring, sier Sivertsen.

LA BARN VÆRE VED VANNET

– Barn som har mulighet til å utforske et variert og fysisk miljø, blir mer robuste, fordi de utvikler seg og får erfaring, sier Sivertsen. Det kan være å gå på ski i bakker i nærmiljøet, leke ved vannet eller klatre i trær.

– Det er bedre å lære barn hva de må ta hensyn til når de er ved et vann, enn å unngå å gå dit fordi det oppleves skummelt for de ansatte. Da lærer barn at det er farlig å være ved vannet, påpeker Sivertsen. Å la barn være med å planlegge og pakke sekken når de skal på tur, og å gi barna oppgaver underveis, vil bidra til å gjøre barna robust, ifølge Sivertsen. Hun sier det å gå på snø og is, springe på gressplen eller gå ved vannkanten er

«DET ER BEDRE Å
LÆRE BARN HVA
DE MÅ TA HENSYN
TIL NÅR DE ER VED
ET VANN, ENN Å
UNNGÅ Å GÅ DIT.»

viktig for barns livsmestring. I naturen kan de følge dyrespor og oppleve mestring av å gå på toptur.

TETTERE OPPFØLGING INNE

– Livsmestring handler om at barn skal ha det bra og opparbeide seg ressurser til å håndtere livet på en god måte. Barn som får lov til å medvirke i sin hverdag, trives bedre, sier Sivertsen. Det kan være at barna får påvirke aktiviteter de skal ha i samlingsstunden, eller hva de skal gjøre ute. Innetiden er ofte mer organisert av ansatte enn utetiden i barnehagen, viser et prosjekt ved DMMH som undersøker barns medvirkning og trivsel.

Det kan være en årsak til at barn opplever mindre grad av medvirkning inne enn ute,



som tall fra Trivselsmonitoren viser. Ute er det lite organisering fra ansatte, og barna kan delta i frilek med dem de selv ønsker.

LEKEN ER VIKTIG

– Ute er det mer frilek, og frilek har mange positive sider for barns livsmestring. Barna rapporterer om høyere grad av medvirkning ute. Samtidig er barna mer avhengig av hverandre. For de barna som ikke klarer å komme inn i lek, tror jeg det ikke er så mye livsmestring, sier Sivertsen. Da er det viktig at ansatte hjelper barna inn i leken også ute.

– I leken lærer barn sosiale relasjoner, de lærer hva de skal leke og hvor. Det er viktig for barns livsmestring å få muligheten til det, sier Sivertsen.

Høyskolelektor Elisabeth Walsøe Lehn ved DMMH sier noen barn vil trenge ekstra hjelp og støtte for å oppleve livsmestring og livsglede.

– Barn som har vokst opp i utrygge familiesituasjoner eller har opplevd krig og flukt, trenger hjelp av barnehageansatte for å bli trygge nok til å utforske livet og å utvikle strategier i lek og i møte med andre. Barn som er utrygge, har ofte manglende tillit til andre og trenger ekstra mye omsorg. Du må gå bak atferden for å forstå barnet og etablere en god relasjon slik at barnet vil fortelle, så du kan hjelpe det videre, sier Lehn. Hun har skrevet heftet *Barnehagens betydning for livsmestring* sammen med Anne Holla Sivertsen.

line@utdanningsnytt.no

LEK MED VANN: Barn som har mulighet til å utforske et variert og fysisk miljø, som å leke ved vannet, blir mer robuste, fordi de utvikler seg og får erfaring, viser forskning

A photograph of a man with a shaved head, wearing a dark blue long-sleeved shirt and dark shorts, crouching in a forest. He is reaching out with both hands to help a young child with blonde hair, who is wearing a bright yellow-green safety vest over a grey long-sleeved shirt and blue jeans. The child is standing on a mossy rock, looking down at the man's hands with a focused expression. The background is a lush green forest with many trees and foliage.

Naturen gjør barna robuste

Barnehagen bruker naturen for å gjøre ettåringene robuste. – Å mestre livet handler ikke om å være en ener på alle felt, sier pedagogisk leder Espen Øby.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: CHARLOTTE WIIG

PEDAGOGISK LEDER:

– Lek i skogen innebærer problemløsning som gir en type læring som er langt mer verdifull enn å sitte i en ring og trene på bokstaver, sier Espen Øby i Nærsnes Kystbarnehage.
Foto: Geir Dokken



NYSGJERRIGHET: Nicolai Magnusson Richardsen (1) rører forsiktig ved larvene som pedagogisk leder Marius Arneberg viser frem.

SNART I MÅL: Pernille Heen (1) leder an med godt humør.

I Nærsnes Kystbarnehage i Asker bruker de naturen for å gjøre barna robuste og i stand til å håndtere livet. De eldste barna går tur hver dag. For ettåringene er det stiene i skogholtet utenfor barnehagen som gjelder, og allerede som toåringer går de ned til stranden for å fiske krabber og være med ut i båt.

– Å mestre livet handler ikke om å være en ener på alle felt, men om å finne et akseptabelt nivå. For å takle opp- og nedturer trenger barna å utvikle robusthet – og det starter i barnehagealder, sier pedagogisk leder Espen Øby i Nærsnes Kystbarnehage.

ETTÅRINGER PÅ SKOGSTUR

Første steg er med ettåringene på tur sammen med Øby og pedagogisk leder Marius Arneberg. Det tar ikke så mange minutter å gå til gapahuken, som er målet. Men følelsen av å bære sin egen sekk, med drikkeflaske og bleie i, gå i ulendt terreng, følge stien, kjenne lett regn mot huden, plukke pinner, oppdage naturskatter, studere meitemark og se larver

kravle på bladene – den er den samme, også på korte turer. Stemningen er god og preget av glede og stolthet, samt nysgjerrighet på alt fra insekter til stubber.

– Vi er heldige som har en barnehage med så mye natur rundt. Det gir mestring å nå et mål – og når ettåringene kommer frem, har de fortsatt mye energi til å utforske, leke og kose seg i skogen, sier Espen.

STREKKE GRENSER I NATUREN

I naturen kan barna, ifølge Espen, strekke grensene sine lenger enn på en lekeplass, der apparatene er «skapt og definert».

– Et klatrestativ er definert – og når barna

«LEK I SKOGEN INNEBÆRER PROBLEMLØSNING SOM GIR EN TYPE LÆRING SOM ER LANGT MER VERDIFULL ENN Å SITTE I EN RING Å TRENE PÅ BOKSTAVER.»

I FARTA: Nicolai Magnusson Richardsen (1) kaster seg ut i luften og lander trygt i armene til pedagogisk leder Espen Øby.



GOD STEMNING: Pedagogisk leder Espen Øby sier det er viktig med god stemning og å ikke korrigere barna når ettåringene går tur.



VEL FREMME: Ettåringene i Nærnes kystbarnehage bærer sin egen sekk til turmålet i skogen, og pedagogisk leder Marius Arneberg deler ut turmat til stolte barn når de er fremme.

mestrer det, pusher de grensene. Da beveger de seg utenfor tenkt bruk og kan skade seg. Skogen er mer udefinert. Barna får følelsen av å ha mye plass og går ikke lei. Her er det rom for å strekke grensene, sier Espen. Han sier barn har en naturlig evne til å ta det steget de trenger, så lenge det ligger til rette for det.

– Skogen er fantastisk med trær barna kan klatre høyt eller lavt i, og de kan hoppe fra stubbe til stubbe. Det kryr av naturmaterialer å leke med. Bare ta pinner: De kan knekkes, kastes eller brukes til å bygge noe. Lek i skogen innebærer problemløsning som gir en type læring som er langt mer verdifull enn å sitte i en ring og trene på bokstaver, for eksempel, sier Espen.

MOTORISK ROBUSTE BARN

Barna i Nærnes Kystbarnehage er trygge og robuste motorisk. De liker å gå. Mange liker å gå langt.

– Når barna mestrer kroppen, skjer det

GJØR BARN ROBUSTE I NATUREN

Ikke legg listen for høyt i starten. Tilrettelegg turene ut fra hvor barna er i utviklingen. Det skaper gode turopplevelser.

Gjør det lystbetont å gå tur. Hvis barnegruppen er skeptisk, trenger personalet å gjøre turopplevelsen mer spennende. Legg til rette for å gi barna indre motivasjon for å gå tur.

Still relevante krav til barna. Gi for eksempel barna eierskap til sekken, som å sjekke at vannflaskene er fylt opp før dere går. La barna pakke sammen selv etter at dere har spist. Dette er krav barn har godt av – og som gir mestring og stolthet.

La barna utforske naturen på sin måte og i sitt tempo. La dem få løpe og klatre. Vi voksne trenger å spørre oss: «Hvor farlig er det å slå seg?» På mange måter overbeskytter vi i det virkelige liv, mens vi underbeskytter i det digitale liv. La barna få lov til å klatre så høyt at de kan slå seg litt. Finn en god balanse mellom å la barna utforske og teste grensene sine – og det ansvaret vi har for sikkerheten deres.

Ha god stemning på tur. Kjefting – og korrigering av barn – påvirker stemningen i hele gruppen. Ettåringene oppfatter stemningen, men skjønner ikke hva det handler om – og det kan oppleves utrygt. Sikkerhet kommer selvsagt først, men stemningen er viktigere enn å korrigere et barn som for eksempel kaster fra seg maten.

Kilde: Pedagogisk leder Espen Øby i Nærnes Kystbarnehage

TETT PÅ: Barna viser stor nysgjerrighet til alt fra insekter til stubber og pinner.



BALANSETRENING: Tobias Lillehagen øver på balanse på en planke i skogen med god støtte fra pedagogisk leder Espen Øby.



mye mentalt. Det bidrar til å utvikle et godt selvbilde, sier Espen.

Henry Holmer (1) løfter på en stein sammen med pedagogisk leder Marius. Det er fullt av maur under. Maurene kryper på hendene deres. Pernille Heen (1) er også nysgjerrig, men vil ikke ha maur på hendene. Barna og Marius blir enige om å legge steinen på plass igjen, siden maurene bor under den.

SELVSTENDIGHET OG KRAV

– De yngste barna trenger veldig mye trygghet. For all utvikling skjer når barna er trygge. Vi er tett på de minste barna og er opptatt av å ha få overganger i løpet av dagen. Voksenstyrte aktiviteter, som samlingsstund, har vi kuttet ut. Vi er opptatt av å samle barna om lek og utforskning – på deres premisser, som her i skogen, sier Espen.

Med trygghet i bunn er de to pedagogiske lederne opptatt av at barna skal få lov til å være selvstendige. Derfor stiller de også krav.

MESTRING: Når barna får til å klatre i tauene i skogen, gir det glede og mestring, som bygger selvfølelse.

**«LA BARN
FÅ LOV TIL
Å KLATRE SÅ
HØYT AT DE
KAN SLÅ SEG
LITT.»**

– Barna har ansvar for å bære og passe på sin egen sekk fra de er ett-to år gamle. Når vi skal gå tilbake, pakker hver og en sammen tingene sine og legger dem i sekken, sier Marius.

ISBADING OM VINTEREN

Muligheten til å bruke kroppen er det viktigste vi kan gi barna for at hjernen skal utvikle seg, ifølge Espen.

– Aktive barn som er mye ute, gjør det bedre på skolen. Det viser seg mot slutten av barneskolen. Forskningen viser at barn trenger fri lek som er initiert, startet og styrt av barna selv, sier Espen.

I Nærnes Kystbarnehage får de eldste barna teste isbadning om vinteren. De får leke, klatre og ha det gøy! Det siste er tross alt viktigst, ifølge Espen.

– Aktive barn som har det gøy, utvikler hjernen – og dermed evnen til å lære, sier han.

godkommunikasjon@gmail.com

LIVSGLEDE: Professor Anne Greve ved OsloMet mener det er viktig å gi barn livsglede og livsutfoldelse i barnehagen. Det gjør du gjennom lek og ved å gi barn selvtillit, mener hun.



– Nå er også livet blitt noe barn skal mestre

Professor Anne Greve er **kritisk til at barn skal lære livsmestring i barnehagen**. Hun mener det er viktigere å vise barna livsglede.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK FOTO: GEIR DOKKEN OG DMMH

Ordet livsglede ble erstattet av ordet livsmestring i rammeplanen. Barn bør få drive med livsutfoldelse, og det som gir glede i barneha-

gen. Barn bør ikke få enda et område de skal prestere på, som å mestre livet, sier professor Anne Greve ved OsloMet. Hun mener ordet livsglede bør få større plass i rammeplanen igjen.

LIVET ER BRA

Livsmestring kom inn som et nytt begrep i Rammeplan for barnehagen i 2017. Begrepet dukket også opp i *Stortingsmelding 19 Tid for lek og læring – bedre innhold i barnehagen*, som kom i 2015.

– Barnehagens viktigste oppgave er å gi ungene opplevelsen av at livet er bra. Vi skal lære barna at noen gleder seg til at akkurat de kommer i barnehagen. Barnehageansatte har i flere tiår vært opptatt av å fortelle barna: «Kom som du er. Du er bra nok!» sier Greve. Hun understreker at hun ikke har forsket på livsmestring, og uttaler seg som en engasjert barnehagelærer.

– Jeg reagerer på ordet mestring, for da er det noe du *ikke* mestrer. Barn må få oppleve ting som er bra. Det handler ikke om å koste veien foran dem. Livsglede

handler også om å kunne le av at du gjorde noe flaut, påpeker professoren.

SKAL GI BARN SELVTILLIT

– Hvis vi skal lære barn å mestre forhold i livet som skyldes samfunnsutfordrin-

ger som dårlige boforhold, fattigdom eller psykiske utfordringer hos omsorgspersoner, blir det feil. Jeg synes ikke vi skal forlange at barn skal mestre livet. Barn blir utsatt for press og krav i dag, som nasjonale prøver og PISA-undersøkelser. Jeg er redd det vil forplante seg ned i barnehagen, sier Greve.

Hun understreker at hun ikke er imot at barn skal få hjelp tidlig eller at det skal stilles krav om at barn skal lære seg norsk. Professoren er opptatt av at barnehagen skal gi barn selvtillit.

– Vi skal gi barn tro på at de får til ting. Er du fem år, skal det lite til for at selvtilliten blir revet ned. Det kan være du taper ansikt, ikke får til ting, eller noen ler av deg. Har barnet en solid grunnmur, vil det tåle mer, sier professoren. Hun forteller at barn som opplever fæle ting, ofte blir fæle mot andre. For at disse barna skal få livsgleden tilbake, må de få vite at du har tro på dem. Det kan barnehagelærerne gjøre ved å spørre barnet hva de kan leke sammen, og så skrittvis få med andre barn.

– Når du får barnet til å leke med andre

«BARN SKAL IKKE LÆRE TEKNIKKER FOR Å MESTRE Å HA DET KJIPT, ELLER Å MESTRE LIVET.»



HØYSKOLELEKTOR:

– Livsmestring er et flott ord, men det ligger en føring i ordet om at det kan være noe du ikke klarer å mestre, sier Anne Holla Sivertsen ved DMMH.



HØYSKOLELEKTOR: – For barn blir ordet livsmestring feil. De skal først og fremst kjenne på livsglede, mener Elisabeth Walsøe Lehn ved DMMH.



STORTINGSPOLITIKER: Kari-Anne Jønnes (H) mener livsmestring henger sammen med livsglede. Foto: Stortinget

«FOR BARN BLIR ORDET LIVSMESTRING FEIL. DE SKAL FØRST OG FREMST KJENNE PÅ LIVSGLEDE.»

igjen, vil du gi barnet livsgleden tilbake, sier professoren.

LIVSGLEDE HANDLER OM LEK

Professoren påpeker at livsglede og livsutfoldelse handler om lek.

– Leken gir barn utfordringer, som å klatre litt høyere opp i treet, sier Greve. Leken er frivillig, og barnet kan trekke seg om den blir for utfordrende, ifølge professoren.

– Du taper ikke ansikt i leken, påpeker Greve, og forteller om gutten som ikke torde klatre til toppen av klatrestativet. Han bestemte seg for å være en panter, for den tør å klatre høyt. Klarte ikke gutten å nå toppen, var det panteren som ikke klarte det.

– Barn skal ikke lære teknikker for å mestre å ha det kjipt, eller å mestre livet. Da får de høye skuldre. Barn skal lære at de er bra nok. Det gjør ikke barna ved å få vite hvor mange feil de har på en språk-kartlegging. Kan vi ikke senke skuldrene og tenke at det er fint å leve? spør professoren. Hun tror ikke de som har lansert begrepet livsmestring, er kjipe.

– Det er nok tenkt på som en fin ting, men begrepet kommer fra økonomi- og helsefag, og ikke fra barnehagefeltet. For meg blir livsmestring feil innen mitt fag, sier professoren.

EN FØRING I ORDET

Høyskolelektor Anne Holla Sivertsen ved Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning (DMMH) synes også begrepet er problematisk.

– Livsmestring er et flott ord, men det ligger en føring i ordet om at det kan

være noe du ikke klarer å mestre. Derfor er mange kritiske til ordet. Jeg mener livsmestring handler om at barn skal ha det bra og opparbeide seg ressurser til å håndtere livet på en god måte, og det kan føre til livsmestring, sier Sivertsen. Hun mener barnehagelærernes jobb er å gjøre barna i stand til å håndtere utfordringene de møter.

Også høyskolelektor Elisabeth Walsøe Lehn ved DMMH mener begrepet er problematisk.

– Alle mestrer deler av livet, men noen ganger mestrer vi det ikke like godt. Har vi med oss gode erfaringer, så tør vi be om hjelp, og forstår at livet noen ganger er slik. For barn blir ordet livsmestring feil. De skal først og fremst kjenne på livsglede, og leke så mye som mulig, mener Lehn.

ORDENE HENGER SAMMEN

Første steg har spurt stortingspolitiker Kari-Anne Jønnes (H) i Utdannings- og forskningskomiteen om hva som var tanken bak å få livsmestring inn i rammeplanen.

– Både livsglede og livsmestring er omtalt i Rammeplanen. Jeg mener at livsmestring henger sammen med livsglede. Rammeplanen kobler livsmestring til arbeid som forebygger krenkelser og mobbing, sier Jønnes. Hun påpeker at det å arbeide med livsmestring i barnehagen betyr å bedre barns forutsetninger når det gjelder lekeferdigheter, språk og sosial og emosjonell kompetanse.

– For meg er det ingen motsetning mellom glede og mestring. Trivsel gir grunnlag for glede, og trivsel er en forutsetning for å mestre, sier Jønnes.

line@utdanningsnytt.no

Les Første steg på Utdanningsnytt

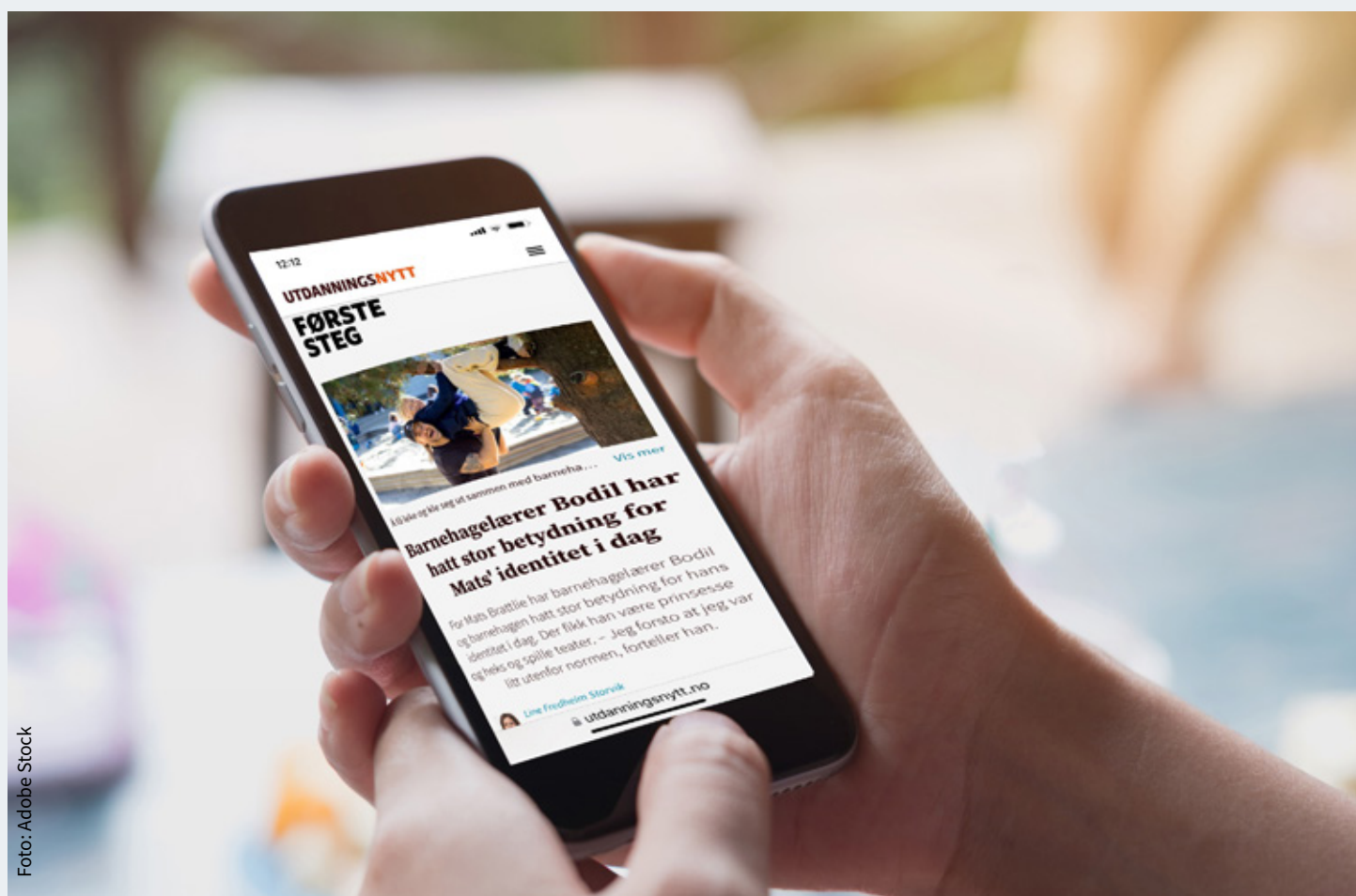


Foto: Adobe Stock



Foreldrekurs gir resultater

I Hvitveisen barnehage holder de ansatte **temakveld for foreldrene om grensesetting og hvordan de sammen kan skape robuste barn.** Det har gitt resultater.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK FOTO: CHARLOTTE WIIG

Temakveldene er et resultat av ønsket om å få et enda tettere samarbeid mellom foreldrene og barnehagen.

– Barnehageansatte må være på tilbudssiden for å få til et godt foreldresamarbeid. Vi kan vise at vi kan veilede og hjelpe. Det kan skape et bedre samarbeid som gjør at barna kan ha like forutsetninger for å takle grenser, sier pedagogisk leder Eirin Juritzen i Hvitveisen barnehage på Hamar. Hun holder foreldrekurs sammen med kollega Henriette Oliversen.

FRUSTRERTE FORELDRE

De ansatte hører ofte foreldre prate i gangene om at de synes det kan være utfordrende å sette grenser for barna. Derfor setter de av tid til å snakke med foreldrene om det i hverdagen.

– Vi ser at det har effekt. Det kan være at barnet utfordrer grenser rundt måltidet. Vi hører med foreldrene om hvordan de opple-

ver måltidet hjemme. Vi kommer med råd og forteller hvordan vi gjøre det i barnehagen. Da ser vi nesten alltid at det skjer en positiv endring hos barnet, forteller pedagogisk leder Henriette Oliversen. Hun hadde ideen til temakvelden.

Ønsket er at barna skal møte mange av de samme grensene hjemme som i barnehagen.





**«DET ER IKKE SLIK AT
MAN GÅR GJENNOM
LIVET UTEN Å MØTE
MOTSTAND. DET MÅ
MAN ØVE PÅ FRA MAN
ER LITEN.»**

ken og skjønne grensene der, dersom de aldri blir tatt med? spør Henriette.

FÅR RINGE ETTER STENGETID

Foreldrene kan ringe Eirin og Henriette etter stengt tid, og sende sms om de lurar på noe.

– Vi føler ikke det er en stor belastning, og det gir meg mye å kunne hjelpe, påpeker Henriette. Hun har ikke opplevd at foreldrene utnytter ordningen eller ringer om småting. Telefonsamtalene er som regel avtalt.

– Det er fint å kunne vise at vi kan faget vårt og har mye kunnskap vi kan bruke til det beste for barnet, skyter Eirin inn.

Den første temakvelden om robuste barn ble så vellykket at Henriette og Eirin har holdt kurs i andre barnehager og på helsestasjonen. De kommer gjerne i flere barnehager.

– Desto flere robuste barn vi har, desto bedre vil de klare seg seinere i livet, som å komme seg inn på jobbmarkedet, sier Eirin.

Henriette forteller at det kan være veldig utfordrende for en ettåring som begynner i barnehagen, å dele oppmerksomheten med elleve andre.

– Barna må erfare at de får dekket behovet, men at de må tåle frustrasjonen over å vente på en kopp melk, mener Henriette.

FULLT HUS

I Hvitveisen barnehage summer det blant foreldrene som er kommet for å delta på

– I barnehagen må vi være tydelig på grenser. De ansatte har de samme grensene med mye kjærlighet og omsorg, påpeker Henriette.

Mange foreldre kvier seg for å gå på butikken med barna sine, fordi det oppleves som en stressende situasjon.

– Hvordan skal ungene bli trygge i butik-

TEMAKVELD: Barnehagelærerne Henriette Oliversen (t.v.) og Eirin Juritzen holder kurs for foreldre i Hvitveisen barnehage om hva de kan gjøre for å lære barna å takle motgang.



KURSHOLDER: – Det er fint å kunne vise at vi kan faget vårt og har mye kunnskap vi kan dele, sier pedagogisk leder Eirin Juritzen, som kurser foreldre i å gjøre barna robuste.

temakvelden. Alle plasser er opptatt, og noen ekstra stoler må settes frem. På et trillebord i hjørnet står det kaffe, te, sjokolade og frukt.

– Det er fint for oss foreldre å kunne diskutere noe i fellesskap med fagpersoner. Vi har ofte de samme utfordringene. Når vi kan dele det som er tungt, opplever vi å ikke stå alene, sier Iselin Rasmussen, som er mamma til Tobias (4) og Thale (6). Hun sier temakvelden bidrar til en tettere foreldregruppe, og et enda bedre samarbeid mellom barnehage og hjem. Iselin synes også det er fint å få noen verktøy til bruk i hverdagen.

– Det er enestående at Eirin og Henriette bruker tid på å kurse oss foreldre på fritiden. De har lang erfaring og kan se mange forskjellige barn, sier Iselin. Hun tror dagens

«DET ER FINT FOR OSS FORELDRE Å KUNNE DISKUTERE NOE I FELLESSKAP MED FAGPERSONER.»

foreldre er opptatt av å lære barna å stå i alle typer følelser og lære barna å håndtere ulike situasjoner og mennesker.

– Hvis barna ikke har stått i ulike følelser, og foreldrene bare går foran og rydder vei, kan fort noe lite bli veldig stort. Vi veileder mer enn vi fikser opp for barna, sier Iselin.

MINDRE ROBUSTE ENN FØR

De to pedagogiske lederne opplever at mange av dagens barn er mindre robust enn før.

– Barn trenger ikke voksne som fikser problemene og feier banen når barna møter motstand. De trenger voksne som kan anerkjenne følelsene og veilede dem, mener Henriette. Hun tror dagens foreldre blir usikre fordi de får masse ulik informasjon fra alt fra barnepsykologer til sosiale medier. De har apper om når barnet skal sove og spise.

– Følger ikke barnet appen, tenker foreldrene at de ikke får det til. Barn er forskjellige, og foreldrene må lære å bruke magefølelsene og sunn fornuft, sier Henriette.

Eirin tror en årsak til frustrerte foreldre kan være at tiden ikke strekker til.

– Det blir enkle løsninger som ikke gagnar barnets beste. Det skal skje så mye hele tiden, så mange har ikke tid til å sette grenser. Vi har ingen fasit, men vi tror foreldrene velger

HOLDER KURS:
Pedagogisk leder Henriette Oliversen forteller foreldrene på temakvelden i Hvitveisen barnehage at barn som erfarer at ting ikke alltid går som de vil, utvikler robusthet til å håndtere motgang.



ulike kamper hjemme for å bevare roen, sier Eirin.

MISFORSTÅTT MEDVIRKNING

Henriette sier det skjedde en endring da barns rett til medvirkning kom.

– Begrepet medvirkning kan lett bli misforstått. Det betyr ikke at barna skal bestemme. De voksne skal fortsatt være tydelige og ikke gi barna flere valg enn de har forutsetning for å ta. Det påpeker også professor emerita Berit Bae, sier Henriette.

De ansatte i Hvitveisen barnehage jobber hele tiden for å gjøre barna mer robuste ved å legge til rette for lek, der barna kan utvikle sosial kompetanse, lære å vente på tur og om maktfordeling, regler og samspill. Da vil barna kjenne på motstand, mestring og glede, mener Henriette og Eirin.

– Barna skal få prøve seg i forhold til alder og modenhet. De skal erfare ikke å lykkes med en gang, møte motstand, men se at de mestrer til slutt. Det er ikke slik at man går



MAMMA: – Det er fint for oss foreldre å kunne diskutere noe i fellesskap med fagpersoner. Vi har ofte de samme utfordringene, sier Iselin Rasmussen, som deltar på temakvelden for foreldre i Hvitveisen barnehage.

gjennom livet uten å møte motstand. Det må man øve på fra man er liten. Å erfare at ting ikke alltid går som du vil, har mye å si for å bli robust, mener Henriette.

GI BARN VERKTØY

De to barnehagelærerne synes det er bra at livsmestring er kommet inn i rammeplanen.

– Livsmestring, slik vi tolker det, handler om psykisk og fysisk helse, om å få støtte til å møte følelser og motstand, utvikle positivt selvilde gjennom mestring og ha tid til lek, som vil gi sosial kompetanse. Det vil igjen bidra til mer motstandskraft og gi barna verktøy for å håndtere livet, mener Henriette.

– *Flere er kritiske til ordet livsmestring. Hva tenker dere om det?*

– Livsmestring er et positivt ladet ord, og handler om hvordan du skal håndtere livet på en best mulig måte. Det er ingen fasit, men handler om å ha et godt grunnlag for å leve et meningsfylt liv, svarer Eirin.

line@utdanningsnytt.no

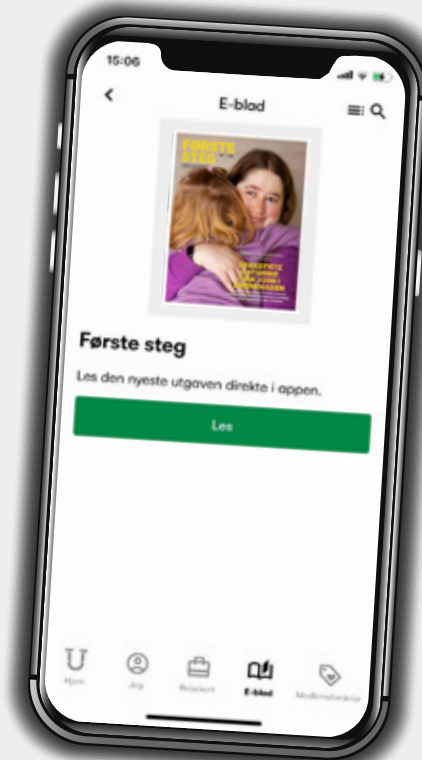
ANNONSE

U Utdanningsforbundet

Les e-bladet i appen
UDF Medlem



Last ned fra
App Store eller Google Play



Tre ting som gjør barna robuste

Får barn gode forklaringer og hjelp til å håndtere utfordringer og å se mening i det som skjer, **vil de ha et godt grunnlag for å klare seg bra.**

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK ILLUSTRASJONSFOTO: ADOBE STOCK

Tre ting er viktig for å fremme god helse og å gjøre barn robuste: at omsorgspersoner rundt dem støtter dem slik at det som skjer er begripelig, håndterbart og gir mening.

Det forteller høyskolelektor Elisabeth Walsøe Lehn ved Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning (DMMH). Hun viser til sosiologen Aaron Antonovskys teori om faktorer som fremmer god helse. Det er de tre faktorene *begripelig, håndterbart og meningsfull*.

GODE FORKLARINGER

– Får barn hjelp til å forstå gjennom gode forklaringer, så blir verden mer *begripelig*, forklarer Lehn. Får barn støtte av foreldre eller barnehageansatte, så vil de klare å *håndtere* det som skjer i livet, både alene og med hjelp. For små barn kan det være å kle på seg eller å bære sin egen sekk.

– Opplever du dødsfall i familien, opplevdes det meningsløst, men gjennom å forstå sammenhenger i livet, så vil du erfare at livet går videre, og at det finnes måter å håndtere sorgen på, sier Lehn. Et barn som har lært å kle på seg, vil kunne oppleve at det er meningsfullt å hjelpe andre barn med å kle på seg.

– Barn som lærer disse tre tingene, møter livet på en litt mer positiv måte enn de som tenker at «livet går imot meg, og jeg kan ikke gjøre noe med det» når noe skjer, sier Lehn.

LEK OG RELASJONER

Å la barn få prøve selv, la dem få leke og utvikle vennskap, er også viktig for å gjøre barn robuste. Det samme er gode relasjoner og å møte barns følelser.

– Barn må få lov til å prøve selv og stå i situasjoner de ikke mestrer. Da får de erfaring med at livet går opp og ned. For de yngste kan det handle om å prøve å reise seg opp, håndtere en uenighet eller balansere på en stubbe, sier Lehn.

– Legger du til rette for at barn skal få prøve selv i hverdagssituasjoner som måltid, påklledning og lek, så vil de få læring naturlig. De kan bygge relasjoner, utvikle språk, danne vennskap og utvikle en kognitiv forståelse, sier Lehn.

MØTE BARNAS FØLELSER

– Vi er redde for at barn skal ha det vondt og vanskelig, og vil gjerne gjøre det bra igjen så fort som mulig. Barn må få kjenne på alle følelsene og heller få hjelp til å forstå



HØYSKOLELEKTOR:
– Barn må få lov til å prøve selv og stå i situasjoner de ikke mestrer. Da får de erfaringer av at livet går opp og ned, sier Elisabeth Walsøe Lehn.
Foto: DMMH





«VI ER REDDE FOR AT BARN SKAL
HA DET VONDT OG VANSKELIG, OG
VIL GJERNE GJØRE DET BRA IGJEN
SÅ FORT SOM MULIG.»

UTFORDRING: Barn som får lov til å klatre og utfolde seg, blir mer robuste.

Slik gjør du barna robuste

Gi barna hjelp til å forstå situasjoner gjennom gode forklaringer. Da forstår de verden bedre.

Støtt barn om de trenger hjelp til å kle på seg, eller la dem bære en sekk som ikke er for tung, i stedet for å gjøre det for dem. Da lærer de å håndtere situasjoner de strever med.

Lær barn å forstå sammenhenger i livet. Da kan de oppleve mening i det som skjer, selv om det er vanskelig.

La barna få prøve selv. La dem reise seg opp, balansere på en stubbe eller smøre på brødskiva.

Sett av tid i hverdagsituasjoner. La barna kle på seg selv med støtte og oppmuntring. Noen barn vil lære raskt og kan så hjelpe andre.

Møt barnas følelser. La dem kjenne på alle følelsene og hjelp dem å forstå og regulere dem. Gi barna strategier for hva de kan tenke for å komme videre.

La barna leke. I leken tester barn sine erfaringer og lærer å vente på tur, føye seg og komme med innspill. I leken gjør barn ting de ikke tør ellers, fordi de er en brannmann eller tyv som politiet skal ta.

La barn tøyse og tulle, slik at de opplever humor og glede. Barn gleder seg over mye. Del gleden med barna. Livet blir fort nok alvorlig.

La barn springe og bruke bevegelsesgledden de er født med, uten alltid å bli regulert ned.

La barna diskutere mulige løsninger, i stedet for å ta håndsopprekning. Da lærer barna å håndtere hva de kan gjøre når andre ønsker noe annet. De opplever å bli anerkjent og sett.

La barna holde på med risikolek. La dem klatre i trær. Det stopper når barna ikke tør mer. La barna leke ved et vann, slik at de lærer å ta hensyn i stedet for at det er farlig.

Ta med barna ut i naturen. Der utvikler de motoriske ferdigheter ved å gå opp bakker og langs smale stier og elver. De lærer også å ta hensyn til dyr og planter.

Kilder: Høyskolelektor Elisabeth Walsøe Lehn og høyskolelektor Anne Holla Sivertsen ved Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning (DMMH)



og regulere dem, ved hjelp av strategier for hvordan de kan tenke for å komme videre, sier Lehn. Hun forteller om gutten som hadde fått krone til bursdagen. Flere barn ville holde kronen, men fikk ikke lov av gutten.

– Kanskje gutten var redd for at krona skulle bli ødelagt. En barnehageansatt satte da krona opp på et skap, slik at den var trygg der. I stedet for å fjerne problemet, kunne den ansatte heller hatt en samtale med barn om å være redd for å miste noe, og om hva som er ditt og mitt, forteller Lehn.

TØR MER I LEKEN

Barn kan også bygge robusthet gjennom lek, ifølge Lehn.

– Barn leker ut sine erfaringer. De tør å utfordre seg selv. De lærer å vente på tur, å føye seg og å komme med innspill,



HØYSKOLELEKTOR: – La barna diskutere mulige løsninger i stedet for å ta håndsopprekning. Da lærer barn seg å håndtere hva de kan gjøre når andre ønsker noe annet, sier Anne Holla Sivertsen. Foto: DMMH

«LA BARN SPRINGE OG BRUKE BEVEGELSESGLEDEN DE ER FØDT MED.»

sier Lehn. I leken gjør barn ting de ikke tør ellers, som å klatre høyt, fordi de er en brannmann.

– Barn kan by opp til lek med å gjøre ting som provoserer, som å gjemme seg når de skal kle på seg. De vil bli sett og tatt på alvor. Det er deres måte å vise motstand på. Blir du med på leken, kan du invitere barnet til å kle på seg i gangen, og det går raskere enn om du bruker din makt som voksen, sier Lehn. Hun sier det er viktig at ansatte også setter i gang lek, for å inkludere de barna som faller utenfor.

– Lærer barn å forstå andres behov og følelser, som når de største hjelper de minste, lærer de å vise omsorg og empati. Det bygger robuste barn, sier Lehn. Hun mener det er viktig å la barn tøyse og tulle, slik at de opplever humor og glede.

– La barn springe og bruke bevegelsesgledden de er født med, uten å bli regulert ned. Det er lyden av barn, påpeker Lehn. Hun har skrevet heftet *Barnehagens betydning for livsmestring* sammen med Anne Holla Sivertsen.

VIS BARNA Å TA HENSYN

Høyskolelektor Anne Holla Sivertsen ved DMMH mener det å lære barn å ta ulike hensyn er viktig for å gjøre dem robuste.

– La barna diskutere mulige løsninger i stedet for å ta håndsopprekning. Da lærer barn seg å håndtere hva de kan gjøre, når andre ønsker eller mener noe annet. De opplever å bli anerkjent og sett, sier Sivertsen. Det gir også barn som er tilbake trukket, en arena hvor de kan uttrykke seg trygt. Hun mener det er viktig å la barn få holde på med risikolek.

– La barn få klatre i trær. Det stopper når barna ikke tør mer, sier Sivertsen. Naturen er også viktig for å gjøre barna robuste. I naturen kan barn utvikle motoriske ferdigheter i bakker, langs smale stier eller ved elver. De lærer å ta hensyn til både dyr, planter og hverandre, ifølge Sivertsen.

line@utdanningsnytt.no

Disse reglene gjelder når du får redusert arbeidsevne

Kan du ikke jobbe fullt som følge av ulykke, sykdom eller slitasje, **har arbeidsgiver plikt til å tilrettelegge og du plikt til å medvirke.**

Dersom en arbeidstaker har fått redusert arbeidsevne som følge av en ulykke, sykdom eller slitasje, skal arbeidsgiver, så langt det er mulig, sette i gang tiltak for at arbeidstaker skal kunne beholde jobben eller få et passende arbeid, ifølge arbeidsmiljøloven §4-6. Det kalles *tilretteleggingsplikt*. Arbeidstaker skal fortrinnsvis gis anledning til å fortsette i sitt vanlige arbeid. Er ikke det mulig, må arbeidsgiver tilrettelegge ved for eksempel å justere arbeidsoppgavene, arbeidstiden eller arbeidsutstyr. Formålet med bestemmelsen er å få sykmeldte tilbake i arbeid.

OMPLASSERING

Grunnen til at noen får redusert arbeidsevne, kan være fysiske, psykiske eller sosiale forhold, eller sammensatte forhold. Du har rett til å få tilrettelagt arbeidet, uavhengig av om din nye helsetilstand har sammenheng med arbeidsforholdene eller ikke.

Plikten til å tilrettelegge er ikke absolutt. Det betyr at det skal legges til rette «så langt det er mulig». Virksomhetens art, størrelse og økonomi og arbeidstakers forhold må vurderes og veies opp mot hverandre. Dersom det viser seg ikke å være mulig å tilrettelegge i stillingen, skal arbeidsgiver vurdere omplussing til annet arbeid. Arbeidsgivers plikt går ikke så langt som til å opprette en

ny stilling, men blir det ledig en passende stilling i virksomheten, skal den tilbys arbeidstakeren hvis hen ellers er skikket for stillingen.

KRAV PÅ OPPFØLGINGSPLAN

Arbeidsgiver skal i samråd med arbeidstaker utarbeide en oppfølgingsplan for hvordan du skal komme tilbake i arbeid igjen. Arbeidsgiver skal innkalle deg som arbeidstaker til et dialogmøte om oppfølgingsplanen – senest innen sju uker etter at du har vært helt borte fra jobb. Arbeids- og velferdsetaten, bedriftshelsetjenesten og andre aktører kan bli med på møtet, dersom arbeidsgiver eller arbeidstaker ønsker det.

MEDVIRKNINGSPLIKT

Arbeidstaker har plikt til å være med på å utarbeide og gjennomføre tiltakene i oppfølgingsplanen. Dette kalles *medvirkningsplikt*, ifølge arbeidsmiljøloven §2-3 f og g. Du som arbeidstaker har også plikt til å delta i dialogmøter med arbeidsgiver. En forutsetning for en vellykket tilrettelegging er at du som arbeidstaker deltar aktivt i prosessen.

Du som arbeidstaker har også plikt til å delta i dialogmøter med arbeidsgiver.

Bente Schei Ystehede
advokat i Utdanningsforbundet
benteschei.ystehede@utdanningsforbundet.no



Her er de vanligste konfliktenes i barnehagen

Ansatte opplever at foreldre kun er opptatt av eget barn, mens foreldre klager over dårlig tilpasning til barnas behov. **Barnehagelærer Mathias Kirkeby mener uenighet er sunt.**

AV: KJERSTI SALVESEN

Over halvparten av barnehageansatte svarer at de har opplevd konflikter med foreldre, mens sju prosent av foreldre svarer det samme. Dette viser en undersøkelse Opinion har gjennomført for Foreldreutvalget for barnehager (FUB). 700 foreldre og 300 barnehageansatte har svart på spørsmål om foreldresamarbeid i barnehagen.

ULIKE SYN

Urealistiske forventninger om at barnehagen skal tilpasse seg det enkelte barnets behov, er noe av det barnehageansatte svarer at kan føre til konflikt med foreldrene. Andre vanlige konflikter er at foreldre har liten forståelse for at barn er slitne, og at mange henter like før stengt. Ansatte og foreldre kan også ha ulike oppfatninger om når barna er syke. Andre kimer til konflikt er bekymringsmeldinger og barnevernssaker, ifølge Foreldreundersøkelsen (2025). Foreldre, derimot, mener barnehagene er for dårlige til å tilpasse hverdagen til barnas behov. Et annet område for konflikt er, ifølge foreldre, dårlig informa-



GOD DIALOG: Barnehagelærer Mathias Kirkeby mener det er viktig at ansatte tidlig tar tak i konflikter og uenigheter med foreldrene på en profesjonell måte. Foto: privat



BARNEHAGELÆRER: Morten Pedersen forteller at de i Harekas Kanvas-barnehage i Halden har temakvelder om både forelderrollen og grensetting. Foto: Geir Dokken

sjon og kommunikasjon, for eksempel når de henter. Foreldre svarer at det også er utfordringer knyttet til dårlig bemanning og personalets holdninger.

SUNT MED UENIGHET

Barnehagelærer Mathias Kirkeby i Bekkelaget kirkes barnehage i Oslo har opplevd konflikter med foreldre, men understreker at det ikke er ofte.

– Det er viktig at personalet tidlig tar tak i konflikter og uenigheter på en profesjonell måte. Uenighet kan være sunt, fordi det gir rom for diskusjon, mener han.

Kirkeby forteller at enkelte foreldre kan tenke at de ansatte ikke ser deres barn. De ansatte på sin side må også se hvert enkelt barn i forhold til gruppen.

– Gjennom god dialog og samarbeid kan vi vise foreldrene hvordan vi vurderer barnet i forhold til gruppen og også i lek, spill og vennskap, sier barnehagelæreren.

FRUSTRASJON OG MERARBEID

Foreldre mener de er gode til å ta imot beskjeder, mens mange ansatte er av en annen oppfatning, ifølge undersøkelsen.



– Førstegangsforeldre tar ofte beskjeder og oppfølging veldig på alvor. Etter hvert sklir det ofte ut. Kanskje fordi det er hektisk å følge opp? undrer Kirkeby. Han erfarer at beskjeder ofte blir oversett.

– Dette skaper ofte frustrasjon for ansatte som skal følge opp 18 barn. For at barna ikke skal rammes, finner vi løsninger som lånetøy. Dermed ser kanskje ikke foreldre hvilket ekstraarbeid det gir barnehagen at de ikke holder orden i garderoben, sier Kirkeby.

Undersøkelsen viser at foreldre ønsker bruk av digitale plattformer, for eksempel MyKid.

– Jeg opplever at disse plattformene fort blir en tidstyv og bør brukes varsomt. Når vi forteller foreldre at vi heller vil prioriterer tid sammen med barna i lek og aktivitet – i stedet for å registrere nøyaktige sovetider, bleieskift og matinntak, erfarer vi at de forstår prioriteringen, sier Kirkeby.

SJELDEN OPPTATT AV GRUPPA

Barnehagelærer Morten Pedersen i Harekas Kanvas-barnehage i Halden sier foreldre og barnehagelærere noen ganger har ulike perspektiv på ting. Han husker spesielt en gang en forelder faktisk *var* opptatt av *de andre* barna.

– Hun visste at hennes barn hadde det bra i barnehagen, men det var viktig for henne å vite hvordan de andre også hadde det. Det er nok den eneste gangen jeg har hørt en forelder snakke med det perspektivet, forteller Pedersen.

FORVENTNINGSÅVKLARINGER

FUB-leder Tor Eirik Rasmussen er overrasket, men ikke sjokkert over at så mange

OVERASKET: FUB-leder Tor Eirik Rasmussen er overrasket over at så mange som over halvparten av alle barnehagelærere har opplevd konflikt med foreldre. Foto: FUB

«Det er menneskelig at foreldre tenker på egne barn først, samtidig som vi kan bli bedre til å ha to tanker i hodet på én gang.»

som over halvparten av barnehagelærerne i undersøkelsen har opplevd konflikt med foreldre.

– Dagens foreldre har ikke lenger «landsbyen» rundt seg og føler seg mer alene. Før løp barn mer inn og ut hos hverandre, og foreldrene hjalp hverandre oftere, sier han.

FUB-lederen tror det å kunne anerkjenne hverandres perspektiv og snakke bedre sammen vil løse en del utfordringer. Han erfarer at konfliktene oppstår i spriket mellom hensynet til det individuelle kontra det kollektive.

– Det handler om ulike forventninger. Det er menneskelig at foreldre tenker på egne barn først, samtidig som vi kan bli bedre til å ha to tanker i hodet på én gang, sier Rasmussen.

Han poengterer at hele 96 prosent av ansatte er fornøyd med samarbeidet de har med foreldrene, og hele 97 prosent av foreldrene er fornøyd.

godkommunikasjon@gmail.com

De vanligste konfliktene i barnehagen

Dette sier barnehagelærerne:

Foreldre har urealistiske forventninger om tilpasning til enkeltbarns behov.

Foreldre har liten forståelse for at barn er slitne.

Foreldre henter like før stengt.

Foreldre mangler evne til å sette grenser.

Vi har ulike oppfatninger av når barna er syke.

Konflikter knyttet til bekymringsmeldinger og barnevernssaker.

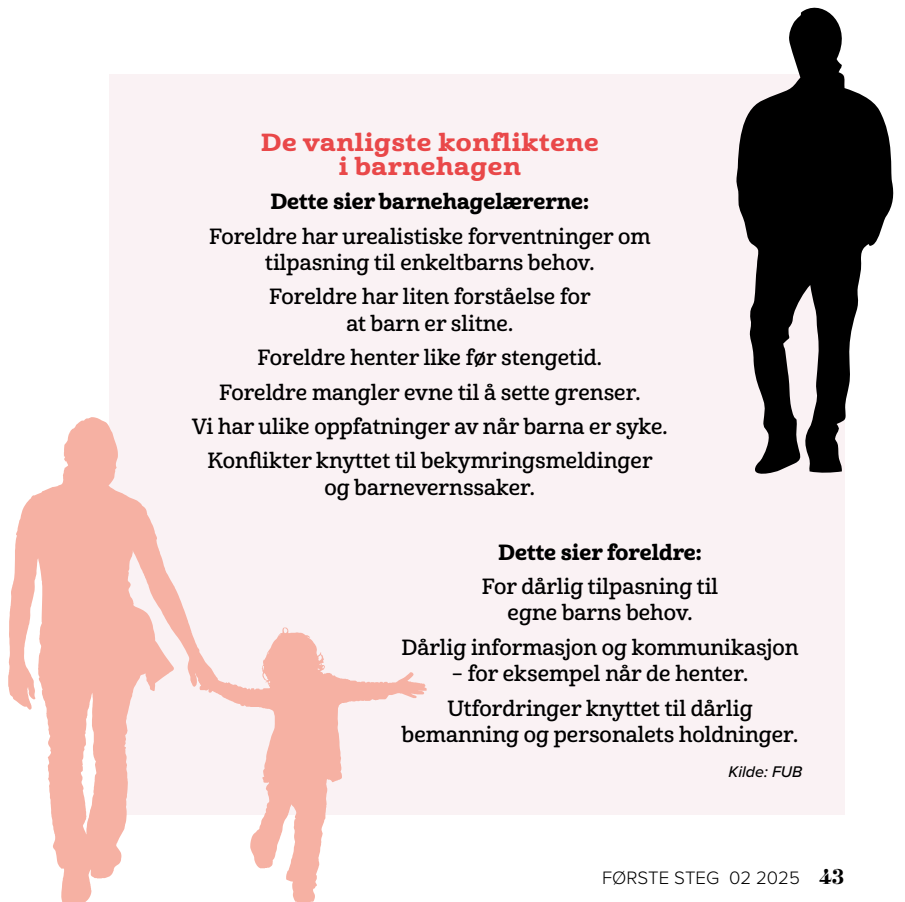
Dette sier foreldre:

For dårlig tilpasning til egne barns behov.

Dårlig informasjon og kommunikasjon – for eksempel når de henter.

Utfordringer knyttet til dårlig bemanning og personalets holdninger.

Kilde: FUB



Mitt barnehageminne

EGEN BUNAD: Skuespiller Jonas Strand Gravli er stolt av arvebunaden fra Sør-Odal som han fikk til konfirmasjonen. Den var altfor stor den gangen, men Jonas har hatt mye glede av bunaden i voksen alder.

Jonas Strand Gravli (33)

skuespiller

Fra: Nord-Odal

Bor: i Son

Familie: gift med Trude Bratlie Gravli, og sammen har de datteren Ella (3)

Aktuell med: «Jo Nesbøs Harry Hole» på Netflix

TILLITSFULL: Skuespiller Jonas Strand Gravli var tillitsfull som barn – og likte seg aller best sammen med de voksne i barnehagen.



Trivdes best MED DE VOKSNE i barnehagen

Skuespiller Jonas Strand Gravli **fikk leukemi som toåring** og tror det påvirket hvem han ville være sammen med i barnehagen.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: KHOA DANG DO OG PRIVAT

Jonas ble diagnostisert med leukemi to og et halvt år gammel og tilbrakte det meste av tiden på Ullevål sykehus i Oslo i hele to år. – Jeg husker ganske mye av tiden på sykehus og har mange positive minner derfra, til tross for omstendighetene. På grunn av sykdommen hadde jeg ikke «den typiske barnehagetiden» som mange andre har, sier skuespilleren, som tilbrakte relativt få timer i barnehagen. Han ble erklært frisk da han var fem år.

STARTET MED DAGMAMMA

– Foreldrene mine ville gi meg en rolig start, så jeg var først hos dagmamma. Jeg er veldig glad for at de tok det valget, og husker faktisk mer fra årene hos dagmamma enn fra selve barnehagetiden, sier Jonas Strand Gravli (33), som begynte i barnehage på Sand i Nord-Odal da han var nærmere fire år.

Jonas ble vant til å bruke mye tid sammen med voksne, både med foreldrene, dagmammaen og legene og sykepleierne på barneavdelingen på Ullevål sykehus.

– Da jeg begynte i barnehagen, likte jeg best å være sammen med de voksne. Jeg husker de som jobbet der som veldig trivelige – og minnes at jeg hadde stor tillit til dem. Jeg likte meg godt, men kan ikke huske hva vi gjorde i barnehagen, forteller Jonas.

LIKTE Å KLE SEG UT

Jonas sier han var et rolig barn som var blid og i godt humør. Han var glad i å finne på ting og leke, gjerne for seg selv.

– Jeg er enebarn, så jeg har alltid trivdes godt i eget selskap, sier han. Skuespilleren likte å kle seg ut og danse.

– Jeg var ganske showete allerede som barn, sier han. Da Jonas ble eldre, ble han mer og mer aktiv.

– Jeg har vært innom det meste av idrett gjennom årene, forteller han.

TRYGGHET I RYGGMARGEN

Skuespilleren husker tryggheten han følte både i barnehagen og i hele barndommen.

– Jeg minnes all kjærligheten og omsorgen, særlig fra foreldrene mine og resten av familien som var rundt oss i tiden på sykehuset. Til tross for at jeg var liten, har dette virkelig satt seg i meg, sier han. Han tenker ikke så mye på at han kan få kreft igjen.

– Etter at jeg ble far, dukket tanken opp igjen. Det har også gitt meg et nytt syn på hva foreldrene mine gjennomgikk da jeg var syk. Det er jeg takknemlig for, sier Jonas.

Han vil gjerne gi datteren sin, Ella, mye av det samme han selv opplevde i sin barndom – som å føle seg sett, hørt, elsket og anerkjent.

FLEKSIBLE ANSATTE

– *Hvordan er en god barnehage i dine øyne?*

– I en god barnehage gir de ansatte barna tid til å finne sin plass. Det er et stort skritt å begynne i barnehage, og barna begynner fra de er veldig små. Derfor er det viktig å bruke tid på at barna skal føle seg trygge, svarer skuespilleren.

Han mener en god barnehage er en barnehage der barn blir sett og hørt og får tillit. Jonas synes også det er viktig med språkutvikling og annen læring i barnehagen.

– Barn har ulike behov – og i en god barnehage er de ansatte åpne for å tilpasse seg og endre måten de gjør ting på, i forhold til hva det enkelte barn trenger, sier Jonas.

godkommunikasjon@gmail.com

«I en god
barnehage
gir de ansatte
barna tid til
å finne
sin plass.»

Rommet overrasker



Byggebonanza!

Overrask barna ved å legge fram byggeklosser på nye måter. Tøm klosser i hauger på golvet og la barna slippe til med sine ideer.

Tøm et rom for andre leker og plasser en rekke ensfargede tepper på golvet. Legg så utvalgte klosser i hauger oppå dem. Teppene gjør at rommet føles mindre kaotisk. De samler oppmerksomhet og virker støydempende. Når klossene ligger samlet på teppene, blir de mer tilgjengelige enn om de ligger i kasser. Det kan derfor hende at barna ser nye muligheter i dem og vil bygge over lengre tid enn ellers.



Trude Anette Brendeland

trubrende@hotmail.com

Barnehagelærer, forfatter og foredragsholder som står bak fantasifantasten.no. Hun jobber i Eventyrhuset lekeverksted i samarbeid med Fantoft gård Sammen-barnehage i Bergen.



Hvilke klosser passer til en byggebonanza? Velg gjerne de som barna liker godt, og som dere har mange av. Det kan være alt fra Duplo til togbane, treklosser eller magnetklosser. «Mye av noe» er en god tommelfingerregel. Tre-fire kategorier med klosser kan være et godt utgangspunkt slik at det ikke blir en uoverstigelig oppgave å sortere etterpå. For at barna skal føle frihet til å skape, må de få kombinere de ulike typene klosser, flytte og frakte på dem mens leken foregår.

Byggebonanza i rommet kan være utfordring for en dag, men hvis barna trives med utfordringen, bør dere vurdere om den kan få stå over noen dager. Hvis barna bygger ting de blir spesielt stolte av, kan dere vurdere om byggverkene kan få stå, slik at barna kan fortsette på dem neste dag. Be vaskepersonalet vaske utenom. Rydd de klossene som ligger strødd, tilbake på teppene slik at rommet er innbydende til neste dag.



Bruk gjerne fotografier til inspirasjon og dokumentasjon i prosjektet. Laminer bilder av ulike arkitektoniske verk som kan inspirere barna, og presenter dem sammen med klossene. Det kan være alt fra Eiffeltårnet til Den blå moské, Taj Mahal og Ishavskatedralen. Bilder fra Minecraft-universet kan også sette i gang dialoger og ideer. Som en honnør til barnas egne byggverk kan dere fotografere underveis og legge bildene tilgjengelig i byggehaugene.



Se video
av hvordan du kan
gjøre dette i praksis, på
[utdanningsnytt.no/
forste-steg](http://utdanningsnytt.no/forste-steg)



MIMRER: Mats Brattlie ser tilbake på gamle bilder av seg selv fra tiden han gikk i Refstad barnehage sammen med barnehagelæreren Bodil Ugelstad (tv.) og tidligere styrer Margot Ekren.



PRINSESSE: – Jeg ville være prinsesse, heks og fin dame, husker Mats, her i krone midt på bildet. Foto: Margot Ekren



CODE MINNER: Bodil var bussjåfør, mens Mats (5) hadde kledd seg i glitterkjole stappa med en stor ballong med godteposer i. Foto: Margot Ekren

– Jeg forsto at jeg var litt utenfor normen

For Mats Brattlie **har barnehagelærer Bodil og barnehagen hatt stor betydning for hans identitet i dag.**

Der fikk han være prinsesse og heks og spille teater.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK FOTO: CHARLOTTE WIIG

Aret er 1986. Det er karneval i Refstad barnehage i Oslo. Rommet er fullt av forventning, latter, punkere, klovner, spøkelser og en prinsesse i lyserosa kjole med gullkrone. Prinsessen er fem år og heter Mats.

– Jeg tenkte ikke så mye over det da, men forsto etter hvert at jeg var litt utenfor normen, og har stort sett opplevd det som en styrke, forteller Mats Brattlie. Han ble tatt imot av den nyutdannede barnehagelæreren Bodil Ugelstad. Hun skulle komme til å bety noe helt spesielt for femåringen.

– Dette var lenge før rosa kompetanse. Det var lite snakk om kjønnskreative barn. Jeg tror det viktigste Bodil og de ansatte gjorde, var ikke å lage noen stor

greie ut av det. De møtte meg som den jeg var, forteller 43-åringen.

HADDE SHOW FOR BARN

– Bodil og jeg hadde drag-show for de andre barna. Jeg ville være prinsesse, heks og fin dame. Bodil var med i leken og en veldig speiling og støtte, forteller Mats med et stort smil. Han er tilbake i Refstad barnehage sammen med Bodil og Margot Ekren, som var styrer den gangen. Nå sitter de på en benk i solskinnet og blar gjennom gamle bilder.

– Ha, ha, jeg tenkte ikke på det som drag-show, ler Bodil.

Mads smiler når Bodil tar frem et bilde av Mats med rosa kjole og gullkrone på hodet.



«Jeg hadde en
flytende identitet.
Jeg var mye jente
i lek.»

BETYDDE MYE: – Bodil og jeg hadde drag-show for de andre barna. Jeg ville være prinsesse, heks og fin dame. Bodil var med i leken og en veldig speiling og støtte, forteller Mats Brattlie om tiden i Refstad barnehage sammen med barnehagelærer Bodil Ugelstad.



– Jeg husker prinsessekjolen lå på senga mi en dag jeg våknet. Mamma hadde sydd den til meg, minnes Mats. Han ønsker å fortelle sin historie for å vise hvor viktig barnehagen kan være for å støtte barns utvikling av identitet.

FLYTENDE IDENTITET

Mats gikk først i en annen barnehage, der det ikke var like lett å spille ulike roller.

– Jeg fikk korreks. Det handlet om tida og om kompetanse, tror jeg. Det fantes ikke det samme vokabular for og forståelsen av kjønns-kreative barn den gangen, forteller Mats. I Refstad barnehage fikk han være seg selv.

– Jeg hadde en flytende identitet. Jeg var mye jente i lek, noe de ansatte, de andre barna og jeg selv opplevde som helt naturlig. Utfoldelsen i barnehagen har vært utrolig viktig, og hjalp meg til å bygge en solid grunnmur i livet, forteller Mats. Som liten var forbildene Madonna og dragartistene Great Garlic Girls. De var store i Norge på 80-tallet.

«Gjennom leken finner mange sin identitet.»

SPESIELT BÅND: – Det kan godt hende vi var forut for vår tid. Vi slo ikke ned på ting som var forskjellig fra det som var forventet, forteller tidligere styrer Margot Ekren i Refstad barnehage (f.v.), som forteller at det var et helt spesielt bånd i leken mellom barnehagelærer Bodil Ugelstad (i midten) og Mats Brattlie.

– Mitt drag-alias var Anne-Cath. Vestly, ler Mats og husker ikke hvorfor. Margot foreslår at han kanskje fanget opp navnet da barnehagen hadde besøk av forfatteren.

– Se, der var du punker, Margot. Mats peker på et av bildene av Margot med malt ansikt, kjettinger og olajakke.

– Og der var du bussjåfør, Bodil, mens jeg hadde kledd meg i glitterkjole stappa med en stor ballong med godteposer i. Den sprakk vi med nåler, så posene ramla ut, ler Mats, og et øyeblikk er det som han er 39 år tilbake i tid.

– LEK ER LIVSVIKTIG

Barnehagelærer Bodil var nyutdannet og fikk raskt et nært forhold til femåringen Mats.

– Det jeg likte med ham, var at han var så leken, forteller Bodil. De lekte sammen, underholdt på fellessamlinger, kledde seg ut og hadde sketsjer.

– Vi gjorde ikke noe annet enn å være åpne og lekne, svarer Bodil på spørsmålet om hva hun gjorde for at Mats opplevde at han kunne være seg selv.

– Jeg har vært opptatt av lekens betydning og vilkår hele livet. Alle er født med behov for lek. Gjennom leken finner mange sin identitet. Jeg ser hvor livsviktig årene med lek er, sier Bodil (66). Hun har alltid likt å kle seg ut og å spille teater. De siste årene jobbet hun som støttepedagog i barnehage, til hun gikk av med pensjon i 2024.

– Frarøvelsen av barns lek er faretruende. Det er for eksempel mye venting i barnehagen, da begynner barna å leke, med en liten pinne eller brødskorpe. Så blir de regulert, må sitte rolig eller stå ordentlig. Leken bli luket bort som ugress i stedet for at det er en enorm livskraft. Vi er på feil spor med å ha så voldsomt læringsfokus. Hvis barn ikke leker, utvikler de heller ikke evnen til å lære. Leken må komme først, sier en engasjert Bodil.

FORUT FOR SIN TID

– Dere traff hverandre i leken, i det å kle dere ut og prøve ut roller, minnes Margot og blar gjennom bildene fra forestillingene i Refstad barnehage da hun jobbet der som styrer på 80-tallet.

LEKEN: Å få leke og kle seg ut sammen med barnehagelærer Bodil Ugelstad ble viktig for Mats Brattlie i barnehagen, og den nylig pensjonerte barnehagelæreren Bodil lar seg ikke be to ganger om å klatre i treet, til stor latter for dem begge.



DANSEPROGRAM: Mats har vært dansepartneren til artisten Elisabeth Andreassen og tidligere spydkaster Trine Hattestad i *Skal vi danse* på TV2. Foto: NTB



– Bodil var en god og leken pedagog som kunne mye om lek. Hun er en av de beste pedagogene jeg har jobbet med. Hun forstår barn, og det er det dessverre ikke alle i barnehagen som gjør. Jeg tror hun var åpen for Mats, forteller Margot.

– *Hvorfor tror du barnehagen har betydd så mye for Mats?*

– Han fikk lov til å være seg selv og prøve ut roller og tid til å leke. Hverdagen var tilrettelagt for lek, og vi var bevisst på at ansatte skulle være med i leken. Det kan godt hende vi var forut for vår tid. Vi slo ikke ned på ting som var forskjellig fra det som var forventet. Både Mats og andre barn hadde nytte av det, forteller Margot. Etter fem år som styrer tok hun videreutdanning i spesialpedagogikk og var med og startet Pedagogisk fagsenter i bydel Bjerke. Der jobbet hun som leder til hun gikk av med pensjon i 2015.

DANSER I LONDON

Forestillingene i barnehagen ble for Mats starten på en karriere innen scenekunst. Først på landslaget

i selskapsdans. Sendere danseutdanning ved The Laban Centre og London Studio Centre. Han har spilt i musikalerne *Cabaret*, *Chicago* og *Singing in the rain*, vært på en rekke turneer og TV-opptredener, blant annet som dansepartneren til Trine Hattestad og Elisabeth Andreassen på *Skal vi danse* på TV2.

Det er lenge siden Mats la danseskoene på hylla, men han holder leken i live med bandet Oslo Fersken Week. Elektroduoen debuterte på den skeive klubbkvelden Kiki Klubb i Tromsø og har spilt både på Oslo Pride og Øyafestivalen. Nå jobber Mats som prosjektleder på Deichman bibliotek i Oslo. Der har han jobbet med barnebibliotek på Tøyen og Holmlia.

FORBILDE SOM SKEIV

Mats fikk tryggheten han trengte til å være seg selv, både i Refstad barnehage og hjemme.

– Jeg gikk i en liberal barnehage og hadde liberale foreldre som ga meg rom til å være meg selv. Det jeg fikk med meg, har vært med meg hele livet. Det er grunnen til at jeg jobber med det jeg gjør i dag. Han



forteller at da han jobbet på Biblo Tøyen, kom det ofte barn og spurte hvorfor han som voksen mann hadde på rosa boblejakke og en enhjørning tatovert på armen.

– Det er jo helt nydelig, for da er vi i gang med samtaler om livet, om superhelter og forbilder. Om å finne ut av at de tinga som er unikt ved deg, faktisk er din superkraft. Jeg har hatt gode samtaler med barn om det å vokse opp som skeiv, forteller Mats. Han håper historien kan inspirere barnehagelærerne til å fortsette den viktige jobben de gjør.

– For min del handlet det om kjønnsidentitet, for andre gjelder det andre ting. Stereotypiske forventninger om hvordan barna skal leke, kan legge en demper på kreativiteten. Lar vi barna leke fritt, gir vi dem mulighet til å utforske hva som funker for dem, sier Mats.

LEKTE MED BARBIE

Moren Sonja Brattlie forteller at de tidlig merket at Mads ikke var som andre gutter de kjente.

– Mens storebroren var en pusler og Lego-bygger,

«Det kan godt hende vi har forut for vår tid. Vi slo ikke ned på ting som var forskjellig fra det som var forventet.»

VIL INSPIRERE: – Jeg har hatt gode samtaler med barn om det å vokse opp som skeiv, forteller Mats. Han håper historien om han og barnehagelærer Bodil kan være til inspirasjon for andre.

ville Mats danse, kle seg i kjole og leke med Barbie og My Little Ponny. Mens andre ville være morsomst eller styggest på karnevalet, ville Mats være vakker, forteller moren.

– Vi så det ikke som noe problem. Da han begynte i Refstad barnehage, var vi åpen om at Mats var annerledes, fordi vi hadde dårlig erfaring fra den første barnehagen, sier Sonja. Hun minnes en episode i Refstad der en annen gutt ville være mor da barna lekte familie.

– *Du kan ikke være mor, som er gutt, svarte en av jentene.*

– *Men Mats er jo gutt, sa han.*

– *Nei, det er Mats, svarte jenta da.*

– Da tenkte jeg at dette har de fått til. Det var godt for oss foreldre å vite at han var trygg i barnehagen. De aksepterte Mats som Mats. Han ble ikke satt i en bås. Mats likte å være i dukkekroken og i utkledningsrommet og ble ikke ledet til å gjøre andre ting, forteller moren. Som 18-åring fortalte Mats moren at han var homofil.

– Når du har fått god feedback på at du er bra nok som du er, så hjelper det når du kommer i situasjoner der du opplever at den du er, blir utfordret, påpeker Sonja.

MØTTES IGJEN ETTER 30 ÅR

Sonja møtte Bodil igjen over 30 år etter, da hun leverte barnebarnet i barnehagen der Bodil jobbet de siste årene av karrieren.

– Da var ringen sluttet.

For Bodil ble ringen sluttet på hennes siste dag på jobb før hun ble pensjonist. Barnehagen arrangerte pridetog sammen med Deichman bibliotek. Da hun gikk i toget, spratt Mats frem og sa hei. Han var med fra biblioteket.

– På samme måten som jeg tok Mats i hånden på en av mine første dager som nyutdannet barnehagelærer, gikk jeg og holdt nevøen hans i hånden på min siste arbeidsdag mens vi ropte:

– Kjærlighet for alle!

line@utdanningsnytt.no



PEDAGOGISK LEDER: Laila Dahl drar i gang sangen OL-floka i Stubben barnehage, som arrangerte vinter-OL for alle barnehagene i Vadsø på Barnehagedagen 2025.



MENNESKE-BOWLING: Barna synes det er kjempegøy å forsøke å treffe bowlingkjeglene med kroppen på akebrettet.



KONKURRANSE: Isfiske med magnetfisker er populært under vinter-OL.

Glimt fra barnehagedagen

Stubben barnehage arrangerte vinter-OL for byens barnehager på Barnehagedagen.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK
FOTO: SILJE WALLENIUS

I år er det 20 år siden Barnehagedagen ble lansert. Tema for årets barnehagedag var «La leken leve». I Vadsø arrangerte Stubben barnehage olympiske vinterleker (OL) for alle barnehagene i byen. Det var innmarsj med faner, flagg og olympisk musikk. Store og små danset OL-floka og fikk beveget rockefoten. Ordfører Wenche Pedersen kom på besøk og hadde

det ærefulle oppdraget med å tenne OL-ilden.

SLALÅM OG SKISKYTING

– Voksne og små kunne boltre seg sammen i mange aktiviteter på den fantastiske OL-arenaen, forteller pedagogisk leder Laila Dahl i Stubben barnehage. Barna fikk prøve ulike aktiviteter som skiløype med quiz, hinder-skiløype med slalåm og skiskyting.

MENNESKEBOWLING

Barna kunne også være med på isfiskekonkurranse, menneskebowling på akebrett, akemadrass-konkurranse, lassokasting, riebångardi (revejakt-labyrint) og snøparadis. De fikk biidos, en tradisjonell samisk kjøttsuppe, til lunsj før premieutdelingen.

– Aktivitetene skapte liv og røre, latter og glede for alle deltagere på tvers av barnehagene, forteller Dahl.

line@utdanningsnytt.no

Barnehagedagen

Den startet i 2005 med bakgrunn i en planlagt kampanje mot forslag til endringer av kompetansekrav og pedagognorm i barnehageloven. Regjeringen gikk tilbake på forslaget, blant annet på grunn av en underskriftskampanje fra foreldre.

Dagen markeres årlig over hele landet for å synliggjøre kvaliteten i barnehagen. Den foregår hver andre tirsdag i mars.

Dagen er i regi av Utdanningsforbundet, Fagforbundet og Foreldreutvalget for barnehager.

Kilde: Utdanningsforbundet.no

Skaper spennende lekemiljø i skyggen

I Kolbotn barnehage lager personalet **fristende lekemiljø under et solseil og har lesestund i skyggen av trærne i skogen**. Alt for å beskytte barna mot solen.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: CHARLOTTE WIIG

Spennende lekemiljø i skyggen, der vann er hovedelementet, er en god ting på solfylte og varme dager, sier pedagogisk leder Trine Gundersen i Kolbotn barnehage i Nordre Follo i Akershus. Den er én av rundt 2000 barnehager som har valgt å være «Solsmart barnehage» i regi av Kreftforeningen. Barnehagen har gjort flere smarte grep for å beskytte barna mot solen.

VANNLEK PÅ VARME DAGER

En del av uteområdet er dekket av et seil, og i skyggen av seilet har pedagogisk leder Gro Strøm Engebretsen satt frem en balje med vann og laget et podium av matkasser, der barna kan plukke det de vil av dinosaurer, vannflasker, tomme ketchupflasker, plastrør og kunstige planter.

– Vi setter frem elementer vi vet kan inspirere til lek, og noe vi vet de liker. Noe er definerbart, og noe er mer udefinerbart, slik at barna kan bruke fantasien og selv finne ut hva de vil bruke det til, sier Gundersen.

VANN I KETSJUPFLASKE

Treåringene Fabian Hagman og Andreas Amaru B. Madruga kommer ut etter å ha spist. De hviner frydefullt da de ser hva som er satt frem under solseilet. Guttene blir stående og se på podiet og baljen med

vann mens de smiler, før Fabian griper et plastrør og en ketsjupflaske, som han fyller med vann. Han trenger hjelp til å skru igjen lokket – og så er han klar for å sprute vann inn i røret. En venn kommer bort og vil prøve det samme. De tre guttene lar dinosaurene få plaske rundt i baljen – og dusjer dem med vann fra flaskene. Så vannes plantene rikelig.

LESESTUND I HEKSEHUSET

– Vi spiser som regel inne på varme dager, eller tar med oss maten ut i heksehuset, sier



PEDAGOGISK LEDER:

– Barna blir slitne i varmen, så vi prøver å ha rolige aktiviteter ute og passer på at barna får mange pauser fra solen, sier Trine Gundersen i Kolbotn barnehage.



BARNEHAGENS SOLSMARTE TIPS

- Vær bevisst på å oppholde dere i skyggemiljø.
- Heng opp et solseil dersom dere trenger ekstra skygge.
- Inviter barna inn i skyggen ved å legge til rette for spennende lek.
- Be barna komme ferdigsmurt med solkrem om morgenen. Smør barna en til to ganger om dagen med faktor 50 eller minimum 30.
- Hjelp barna på med hodeplagg igjen når de tar dem av. Pass ekstra godt på dem som ikke har så mye hår.
- Få i barna nok drikke.
- Lek med vann i skyggen.
- Barna trenger pauser fra solen – og det å hvile i hengekøye i skyggen fra trærne kan anbefales.

Kilder: Pedagogisk leder Gro Strøm Engebretsen og pedagogisk leder Trine Gundersen, som også er utdannet hudpleier.



VANNLEK: Fabian Hagman (t.v.) og Andreas Amaru B. Madruga i Kolbotn barnehage fryder seg over vannsplesj, og er nøye med å vanne plantene i sommervarmen.

«Vi setter frem elementer vi vet kan inspirere til lek, og noe vi vet de liker.»



SOLSEIL: Barna i Kolbotn barnehage utforsker hva som flyter i baljen med vann, sammen med barnehagelærer Britt Marks.



GIR RÅD: Når barnehageansatte blir mer bevisste på solbeskyttelse, er det enklere å kommunisere solråd til foreldre, mener Mona Stensrud i Kreftforeningen. Foto: Kreftforeningen

KREFTFORENING SOLSMARTE RÅD

- Barn og voksne skal ha trygg utetid også på solrike dager.
- Legg opp dagen slik at spising, aktiviteter og lek kan skje i skyggen eller inne når solen steker.
- Pass på at barna har på lette klær og noe på hodet.
- Smør barna godt med solkrem med minimum faktor 30 før dere går ut om formiddagen. Barna trenger å smøres på nytt etter to timer, eller hvis de har badet eller svettet bort kremen.
- Barn trenger voksne rollemodeller som også beskytter seg i solen.
- Ta kontakt med kommunen/barnehagens eier hvis dere mangler skyggemulighet.
- Oppfordre til at barna har med solhatt og solkrem i barnehagen.
- Foreldre trenger en påminnelse om barnehagens solrutiner hver vår.

Kilde: Spesialrådgiver Mona Stensrud i Kreftforeningen.

«Ved å ta et aktivt valg om å bli 'Solsmart' viser personalet at de tar godt vare på barn og voksne i solen.»

Duplo og spill, med oss ut i skyggen. Barna blir slitne i varmen, så vi prøver å ha rolige aktiviteter ute og passer på at barna får mange pauser fra solen, sier Gundersen.

Engebretsen sier at de gjerne tar med seg en gitar og et pledd ut. Så setter de seg i skyggen og synger og spiller.



PEDAGOGISK LEDER:

– Vi spiser som regel inne på varme dager, eller tar med oss maten ut i heksehuset, sier Gro Strøm Engebretsen.

Engebretsen. Heksehuset er en lavvo i skogen på barnehagens uteområde, der de også slapper av og leser bøker når solen er sterk.

– Vi er heldige som har skog og naturlig skygge på baksiden av barnehagen. Vi fester hengekøyer mellom trærne, sier Gundersen.

Fabian og Andreas kryper oppi en hengekøye.

– Se, hengekøyen har 17. mai-farger, sier Andreas og peker.

De to vennene blir liggende og se på trærne som strekker seg mot himmelen. De får hjelp til å lage fart, slik at hengekøyen blir til en morsom huske.

– Vi tar mange av «innelekene», som

ET BEVISST VALG

Kolbotn barnehage er én av rundt 2000 barnehager som har valgt å være «Solsmart barnehage» i regi av Kreftforeningen.

– Ved å ta et aktivt valg om å bli «Solsmart» viser personalet at de tar godt vare på barn og voksne i solen, sier spesialrådgiver Mona Stensrud i Kreftforeningen.

Nesten ni av ti Solsmarte barnehager mener det å være med har hatt betydning for solrutinene deres, ifølge en undersøkelse Kreftforeningen har gjort.

– De ansatte blir mer bevisste på solbeskyttelse, og det er enklere å kommunisere solråd til foreldre, sier Stensrud.

Direktoratet for strålevern og atom-



PLASS TIL FLERE: Med en hengekøye i skyggen av noen trær får barna fri fra sola.

sikkerhet og Kreftforeningen sin årlige solvaneundersøkelse viser en gledelig tendens til at foreldre beskytter barna stadig bedre, og at de beskytter dem på flere måter.

– Nesten alle smører barna med solkrem, og rundt 65 prosent sier at de også begrenser tiden i direkte sol, samt passer på at barna bruker klær som beskyttelse. Fortsetter denne tendensen, fra barnehagealder og oppover, håper vi å se resultater på hudkreftstatistikken i årene fremover, sier Stensrud.

EKSTRA KRAV TIL PERSONALET

– Vi har blitt enda mer bevisste på å være gode til å beskytte barna mot solen etter at vi ble en «Solsmart barnehage». Det betyr å være i skyggen, ta pauser, hjelpe barna på med solhatt og caps når de tar det av seg. Barna er ikke like gode som oss voksne til å kjenne etter. Det stiller ekstra krav til personalet og de lekemiljøene vi tilbyr i skyggen, sier Gundersen.

Vann på lekekjøkkenet og vannleker, som vannbane-byggesett fra AquaPlay, er populært i Kolbotn barnehage – og minst like henrykt blir barna når de får løpe gjennom vannsprederen på varme dager.

godkommunikasjon@gmail.com

HEKSEHUSET: Pedagogisk leder Trine Gundersen leser om Mamma Mø for Fabian og Andreas i skyggen inne i lavvoen.





Yngve Söderholm-Nodland
rådgiver i Norsk Tourette Forening og lektor ved
Thor Heyerdahl videregående skole i Larvik
sys@touretteforeningen.no



Liv Irene Nøstvik
daglig leder i Norsk
Tourette Forening
liv.irene.nostvik@touretteforeningen.no

Tourettes syndrom i barnehagen

Symptomene på Tourettes syndrom kan vise seg allerede i barnehagealder, og kan være mulig å oppdage tidlig, **dersom ansatte i barnehagen kjenner igjen tics.**

ILLUSTRASJONSFOTO: ADOBE STOCK

Tourettes syndrom (TS) er en nevrobiologisk tilstand som karakteriseres av motoriske og vokale tics. Et tic er en ufrivillig, kortvarig, plutselig, rask, gjentakende, ikke-rytmisk bevegelse eller lyd. Bevegelsene eller lydene er ofte normale i seg selv, men passer ikke inn i situasjonen de vises i. Eksempler på hyppig forekommende tics er blinking, hodebevegelser (motoriske tics) eller snufsing, harking eller kremting (vokale tics) (Kvilhaug, 2011).

ULIKE TYPER TICS

Det skilles mellom *enkle* og *sammensatte* (komplekse) tics. Enkle motoriske tics er plutselige og raske bevegelser, mens sammensatte tics involverer flere muskelgrupper samtidig. *Komplekse vokale* tics kan for eksempel være å gjenta stavelser, ord eller fraser (ekkolali), setninger der innholdet ikke er i sammenheng med dialogen, eller tabubelagte ord eller banneord (koprolali). Tics kan utsettes helt eller delvis, men hvor lenge varierer fra person til person, og fra tic til tic (NevSom, 2021). Tics debuterer oftest i 5–7 års alder, men kan oppstå tidligere eller senere enn dette. Tics kan starte så tidlig som rundt to år. Motoriske tics viser seg ofte før vokale tics (Plessen og Weidle, 2019). I undersøkelsen *Tourettes syndrom hos barn i Norge* (Surén mfl., 2019) ble det hos 29 % av utvalget på 1814 barn med TS observert tics før barnet var tre år. Omtrent 20 % av alle barn i alderen 5–7 år har forbigående tics. Det vil si at de har tics som varer under 12 måneder (Bloch og Leckman, 2009). Siden motoriske tics vanligvis kommer først, og

det kan ta flere år før de vokale ticsene kommer, forklarer dette at diagnosen også må settes senere. Diagnosen krever at det før fylte 18 år forekommer minst to motoriske tics, og minst ett vokalt tics, men disse trenger ikke å opptre samtidig. Ticsene må også ha opptrådt daglig eller nesten daglig i minst 12 måneder, og ikke hatt opphold på mer enn to måneder (NevSom, 2021).

FÅR DIAGNOSE I BARNEHAGEN

Selv om de fleste får diagnosen i løpet av barneskolen, er det likevel en del barn som får diagnosen TS mens de går i barnehagen (NevSom, 2019). Siden forekomsten av TS ligger på cirka 1 % av befolkningen, og cirka 92 % i aldersgruppen 1–5 år går i barnehage (Udir, 2022), er det rundt 2600–2700 barn med TS (med og uten diagnose) i barnehagene, fordelt over hele landet. Statistikk fra Utdanningsdirektoratet viser at i perioden 2018–2022 hadde over 98 %ⁱ av barna tilnærmet fulltidsplass (80 % eller mer) (Udir, 2022). Dermed bør de ansatte i barnehagen ha gode forutsetninger for å gjenkjenne tics, og deres kjennskap til tilstanden vil derfor være viktig.

KAN VÆRE VANSKELIG Å SKILLE

Motoriske tics viser seg vanligvis først, og kan være vanskelig å skille fra ordinære aktiviteter og bevegelser, særlig når barna er så små som i barnehagen. De første ticsene er ofte ansiktsbevegelser eller bevegelse av nakke (NevSom, 2021). Det kan være vanskelig å skille mellom frivillige bevegelser og tics, men gjennom observasjon er det mulig å se om

ⁱ <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-barnehage/oppholdstid-bhg/>

BARN MED TOURETTES:
Eksempler på tics hos barn
er blinking, hodebevegelser,
snufsing, harking eller
kremting.



bevegelsene gjentar seg veldig ofte, og om barnet ser ut til å være oppmerksomme på bevegelsene selv. Når det forekommer komplekse tics i tillegg til de enkle, er det ofte et tegn på TS (Thomsen P. H, 2011). Ved siden av de (i hovedsak) motoriske ticsene er det vanlig at barna har vansker med konsentrasjon og styrende kognitive funksjoner, som evnen til å planlegge, gjennomføre oppgaver og regulere følelser (Statped, 2021). For å kunne vurdere om et barns ferdigheter er noe som kan vekke mistanke, er det svært viktig at de som jobber i barnehagen, har god kjennskap til barns normale utvikling, og kan vurdere om utviklingen ligger innenfor det området som anses som vanlig. Barn i denne alderen er svært forskjellige i hvor de ligger i utviklingen, og det er ikke til hjelp for barna om atferden

deres hele tiden blir vurdert opp mot uttrykk for TS, ADHD eller andre diagnoser eller tilstander. Siden tics ofte starter i ansiktet, er det ganske vanlig at barna utredes for allergi eller øye- eller synsproblemer (Zinner, 2006).

TILLEGGSVANSKER

Barn med TS har ofte sameksisterende tilstander og vansker. Mest hyppig er ADHD, tvangstanker, angst, smerter og

” Tics debuterer oftest i 5–7 års alder, men kan oppstå tidligere eller senere enn dette.

” Eksempler
på tics er blunking,
hodebevegelser, snufsing,
harking eller kremting.

KUNNSKAP: Det er rundt 2600–2700 barn med Tourettes syndrom med og uten diagnose i norske barnehager. Barnehagelærernes kjennskap til tilstanden vil derfor være viktig, mener artikkelforfatterne.



sensorisk overfølsomhet (NevSom, 2021). I barnehagealder kan vansker med følelsesregulering vises som at barnet fremstår som lite fleksibelt og vanskelig å lede. Vanskene viser seg ofte i situasjoner med overgang mellom hjem og barnehage, eller mellom aktiviteter i løpet av barnehagedagen. Samspillet i lek med andre barn kan også oppleves som vanskelig. *Sensorisk overfølsomhet* innebærer at barnet har en sterkere eller svakere reaksjon på sansestimuli enn andre barn. Dette kan være at lyder og lys kan oppleves som ubehagelige, til og med smertefulle. Fysiske stimuli som berøring og visse typer klær på kroppen kan for barnet føles «feil» i form av kiling og kløe. Slik sensitivitet for noe de fleste opplever som helt ordinære stimuli, kan føre til at disse barna opplever et ubehag, med tilhørende stress, under det som ser ut som normale omstendigheter. På grunn av barnas lave alder, og dermed mindre utviklede kommunikasjonsferdigheter, kan det være vanskelig for barna å kommunisere hva som er vanskelig. Ubegrepet kan være så stort at det hindrer deltakelse i både sosiale aktiviteter og læringsaktiviteter. Barnets motoriske utvikling kan vise seg som mindre moden enn jevnaldrende og kan også være forsinket. Vansker med fin- eller grovmotorikk vises ofte i barnehagealder. Felles for barnehagebarn med TS er at det ofte er tilleggsvanskene som oppdages først. Ticsene observeres først senere (Statped, 2021). ADHD, angst og lærevansker er vansker som gjerne vekker barnehageansattes (og foresattes) oppmerksomhet først. Derfor er det viktig å gjøre en helhetlig kartlegging allerede tidlig i barnehagen.

TA BEKYMNINGER PÅ ALVOR

Statpeds veileder om Tourettes syndrom (2021) har mye god informasjon. Der står det blant annet at i de tilfellene der barnehagepersonalet gjenkjenner tegn på TS, kan de ikke være sikre på at dette er noe som vil vedvare, eller om det er en form for forbigående tics. Likevel er det viktig at

bekymringer knyttet til sårbare barn tas på alvor, og å sørge for at det tilrettelegges for gode utviklingsmuligheter. Gode allmennpedagogiske tiltak for alle barna i barnehagen kan ofte være gode nok tiltak til at barn man er bekymret for, blir ivaretatt på en god nok måte (Statped, 2021). Det kan være å styrke barnets relasjoner til andre barn og voksne i barnehagen, sørge for at hverdagen er strukturert og forutsigbar, gi rom for gode pauser for barnet, og kartlegge stressfaktorer eller situasjoner som forsterker tics eller bekymringsfull atferd.

Litteratur

- Bloch, M. H., Leckman, J. F. (2009). Clinical course of Tourettes syndrome. *J Psychosom Res*, 2009 (67:6). DOI: 10.1016/j.jpsychores.2009.09.002
- NevSom. (2019). *Samsvar mellom behov og tjenester? Erfaringer med spesialisthelsetjenesten hos pasienter med Tourettes syndrom – En brukerundersøkelse*. Oslo universitetssykehus. https://oslo-universitetssykehus.no/seksjon/nasjonalt-kompetansesenter-for-nevrou utviklingsforstyrrelser-og-hypersomnier/Documents/Diagnose-infomateriell-brosjyre/Samsvar_mellom_behov_og_tjenester_En Brukerundersokelse.pdf
- NevSom. (2021). *Kunnskapsbasert retningslinje Tourettes syndrom*. <https://tourette.metodebok.no/index.php>
- Norsk Tourette Forening (2017). *Kan det være Tourettes syndrom?* [Brosjyre]. https://www.touretteforeningen.no/sfiles/3/42/1/file/2017-informasjon_kan-det-vare_lr_v8.pdf
- Nøstvik, L. I. (2019). Tourettes syndrom i småbarnsalder. *2-rette*, 2021 (2), 30–31.
- Plessen, K. J., Weidle, B. (2019, 28. mars). Tics og Tourette syndrom. *Norsk barne- og ungdomspsykiatrisk forening*. [https://www.legeforeningen.no/foreningsledd/fagmed/norsk-barne-og-ungdomspsykiatrisk-forening/veiledere/veileder-i-bup/del-2-tilstands-bilder-kapitlene-er-oppsatt-etter-inndeling-i-icd-10/tics-og-tourettes-syndrom/Surén, P., Bakken, I. J., Skurtveit, S., Handal, H., Reichborn-Kjennerud, T., Støttenberg, C., Nøstvik, L. I., Widle, B. \(2019\). Tourettes syndrom hos barn i Norge. Tidsskriftet Den norske legeforening, 19 \(17\). https://tidsskriftet.no/2019/10/originalartikkel/tourettes-syndrom-hos-barn-i-norge](https://www.legeforeningen.no/foreningsledd/fagmed/norsk-barne-og-ungdomspsykiatrisk-forening/veiledere/veileder-i-bup/del-2-tilstands-bilder-kapitlene-er-oppsatt-etter-inndeling-i-icd-10/tics-og-tourettes-syndrom/Surén, P., Bakken, I. J., Skurtveit, S., Handal, H., Reichborn-Kjennerud, T., Støttenberg, C., Nøstvik, L. I., Widle, B. (2019). Tourettes syndrom hos barn i Norge. Tidsskriftet Den norske legeforening, 19 (17). https://tidsskriftet.no/2019/10/originalartikkel/tourettes-syndrom-hos-barn-i-norge)
- Statped. (2021). *Tourettes syndrom*. <https://www.statped.no/tourettes/syndrom/hva-er-tics/>
- Utdanningsdirektoratet (2022, 17. februar). *Fakta om barnehager 2021*. <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-barnehage/analyser/fakta-om-barnehager/tall-om-barnehagen/>

Forsker på barns trivsel i barnehagen

Trivsel er noe vi mennesker opplever innenfra. Likevel blir barns trivsel i barnehagen ofte vurdert fra utsiden.

AV: KJERSTI SALVESEN FOTO: DMMH OG MONICA DONOVAN

1. Hva skriver du doktorgrad om?

– Jeg undersøker barnehagelæreres vurdering av barns trivsel i barnehagen. Rammeplanen sier at alle barns trivsel skal observeres og vurderes fortløpende. Barnas trivsel er en viktig del av barnehagens kvalitet, og barns erfaringer og synspunkter skal være en del av vurderingsgrunnlaget. Jeg utforsker hvilken forståelse og hvilke erfaringer barnehagelærere har, når det gjelder dette oppdraget.

2. Hva har du funnet ut?

– Jeg har funnet ut at trivsel er et mer komplekst og mangesidig begrep enn vi først tenker oss. Jeg har jobbet i barnehagefeltet i over 30 år, men kan ikke huske å ha diskutert selve begrepet trivsel med noen. Trivsel handler selvsagt om å ha det godt, men det handler om mye mer og har flere nyanser. Trivsel er noe vi mennesker opplever innenfra. Likevel vurderes ofte barns trivsel utenfra – av voksne. Noen barnehagelærere vurderer barnas trivsel ved å observere barna, andre har

samtaler med dem. Det gjør de både systematisk og usystematisk.

3. Hva tror du din forskning vil bety for barnehagene i Norge?

– Jeg håper arbeidet vil føre til at både trivsels- og vurderingsbegrepet blir løftet frem og snakket mer om. Jeg håper også at arbeidet vil bidra til å synliggjøre den viktige fagkompetansen som barnehagelærere har og bruker i barnehagehverdagen.

4. Hva overrasket deg mest i forskningen?

– Jeg ble overrasket over at trivselsbegrepet rommer så mye forskjellig. Det kan være det positive vi vanligvis forbinder med å ha det godt i livet. Samtidig fant jeg at begrepet rommer en kompleksitet vi nok snakker mindre om. Det kan være at trivsel ikke alltid synes. Vi kan observere barn som ser glade ut, eller barn som er i lek med andre, og anta at de trives. Men det er ikke alltid at de ytre kjennetegnene på trivsel stemmer overens med barnets indre opplevelse av å ha det godt.

godkommunikasjon@gmail.com

Min doktorgrad



PIA ELISABETH DEDICHEN PAULSRUD (52)

Stipendiat ved Dronning Mauds Minne Høgskole (DMMH)
Disputerer høsten 2025

Doktorgrad: barnehagelæreres vurdering av barnas trivsel i barnehagen

Mål med forskningen: bidra til økt oppmerksomhet og økt kunnskap om barns trivsel – og vurdering av barns trivsel i barnehagen

DERFOR ER DENNE DOKTORGRADEN VIKTIG

– Forskningen vil bidra med nyansert kunnskap om barnehagelæreres forståelse for – og vurdering av – barns trivsel. Avhandlingen vil gjøre kompetansen i profesjonen mer synlig, både når det gjelder å vurdere og å fremme barns trivsel i barnehagen. Doktorgraden er tilknyttet forskningsprosjektet KUMBA, der de videreutvikler kvalitetsutviklings-systemet EQUAL for bruk i norske barnehager. Pia bidrar med unik forskning i utviklingen av et av verktøyene, *Trivselsmonitoren*, og barnehagelærernes erfaringer med å bruke det.

Kristine Warhuus Smeby
førsteamanuensis ved Institutt for real-, natur- og samfunnsfag ved DMMH



Det er ikke alltid at de ytre kjennetegnene på trivsel stemmer overens med barnets indre opplevelse av å ha det godt.

PIA ELISABETH DEDICHEN PAULSRUD



Ena Bolognese

seniorrådgiver ved divisjon barnehage i avdeling for sammensatte lærevansker (SLV) i Statped
ena.bolognese@statped.no



Tone Anita Glomset

seniorrådgiver ved divisjon barnehage i avdeling for sammensatte lærevansker (SLV) i Statped
tone.anita.glomset@statped.no

Ufrivillig barnehagefravær – når barnet er alvorlig sykt

Alvorlig syke barn som er på sykehus eller lenge borte fra barnehagen, kan lett miste tilhørigheten og kontakten med venner. Dette kan du gjøre for å hjelpe.

ILLUSTRASJONSFOTO: ADOBE STOCK

Noen barn i barnehagen får kreft, noen har medfødte hjerteproblemer, mens andre har framskridende funksjonsnedsettelse. Dette er barn som ofte må på sykehus, og som derfor blir borte fra barnehagen i kortere eller lengre perioder. Vi velger derfor å bruke betegnelsen *ufrivillig barnehagefravær*.

Hensikten med artikkelen er å belyse hva barnehagen aktivt kan gjøre for at barn ikke skal miste relasjoner til jevnaldrende, samt tilhørigheten til barnehagen, til tross for hyppig eller langvarig fravær.

REDD FOR Å TRENGE SEG PÅ

Mange av barna vi jobber med, har behov for barnepalliasjon, som er en helhetlig, tverrfaglig og familiesentrert tilnærming til barn og unge med livstruende eller livsbegrensende sykdom. I vårt arbeid med rådgivning og veiledning i barnehagesektoren møter vi tidvis usikkerhet hos personalet om hvordan de bør forholde seg til familier med syke barn. Det kan være tanker som at man ikke vil «trenge seg på», eller at foreldrene trolig selv tar kontakt når de er klare for det.

Deretter går tiden. Barnet kan ha vært lenge på sykehus eller hjemme. Både foreldrene og barnet har fått sin hverdag snudd om, og noen ganger tar det lang tid før barnet er klart til å komme tilbake til barnehagen. Barnehagen er en viktig støttespiller for familien, og gir ofte en opplevelse av normalitet i hverdagen. Under et sykehusopphold kjennetegnes dagen av brudd med trygge rutiner. Barnet møter fremmede mennesker, nye lyder og lukter. Samtidig er barnets situasjon ofte preget av smerte, slitenhet og dårlig søvnkvalitet.

I denne artikkelen får du noen konkrete råd om hvordan barnehagen kan opprettholde relasjonen til barnet og familien. Dette vil også kunne bidra til å gjøre oppstarten i barnehagen lettere når barnet kommer tilbake.

VIKTIGHETEN AV Å BYGGE BRO

Flere forhold kan bidra til å samle ulike arenaer barnet be-

finner seg på. Det ene er *det emosjonelle forholdet* i fraværet. Hva kan barnehagen gjøre for å tilføye «normalitet» i en unormal tid? Det andre forholdet er *kommunikasjon med foreldrene*. Det tredje forholdet er *de spesialpedagogiske ressursene* som barnet er tildelt.

1. DET EMOSJONELLE

Det emosjonelle forholdet belyser både opplevelsene til de barna som er igjen i barnehagen, og opplevelsen til barnet som er borte fra barnehagen. Når barnet blir borte, kan det være flere barn som spør etter barnet. Om fraværet blir langvarig, kan vi oppleve at spørsmålene med tiden bli færre.

En av barnehagens viktigste oppgaver er å ivareta vennskap. Fordi vi vet at barns væremåter preges av livet her og nå, kan personalet sørge for å nevne barnet og ta «det med» i aktivitetene.

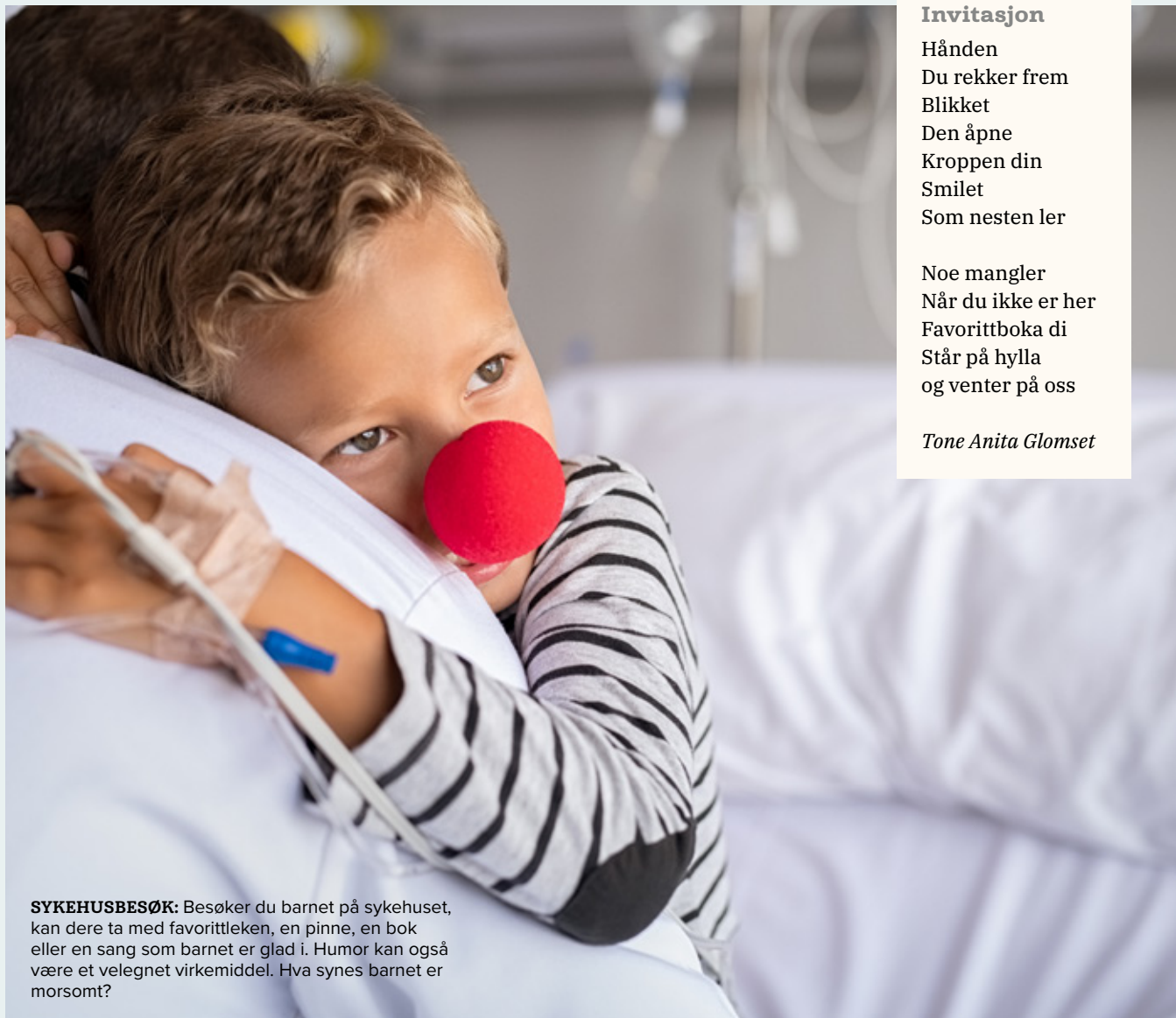
Vær oppmerksom på at de barna som lekte mye sammen med barnet, kan savne og være bekymret for vennen sin og være i en usagt sorg. For de barna som er igjen i barnehagen, kan det derfor være godt at barnet fortsatt nevnes som en del av gruppen. Dette kan for eksempel gjøres gjennom en enkel navnesang i samlingsstund:

– *God morgen alle sammen, en ny dag begynner. Una er her, Emma er her, Khalid er her. – Men hvem mangler vi i dag? Fatima er på ferie. Erik er på sykehuset. God morgen alle sammen, en ny dag begynner!*

Et sykehusopphold setter spor. Det er nye hverdagsrutiner i uvante omgivelser med ukjente stemmer, uventede lyder og nye lukter. I tillegg kan det komme mer akutte medisinske situasjoner, som det er vanskelig å forberede barnet på.

TRYGGE FORELDRENE

Massaro et al. (2013) hevder at barn med multifunksjonshemming opplever mer smerte enn andre barn. Smertevurderingen kan likevel være mangelfull dersom barnet selv



SYKEHUSBESØK: Besøker du barnet på sykehuset, kan dere ta med favorittleken, en pinne, en bok eller en sang som barnet er glad i. Humor kan også være et velegnet virkemiddel. Hva synes barnet er morsomt?

Invitasjon

Hånden
Du rekker frem
Blikket
Den åpne
Kroppen din
Smilet
Som nesten ler

Noe mangler
Når du ikke er her
Favorittboka di
Står på hylla
og venter på oss

Tone Anita Glomset

ikke klarer å kommunisere dette til personer rundt seg. Skjelettplager, spastisitet, refluks og magetilstander kan alle gi smerter. Medikamentell behandling, kombinert med psykososiale tiltak, kan sammen gjøre hverdagen bedre.

Stacey Alexander (2024) viser til at barn med utviklingshemming eller forsinket utvikling har større sannsynlighet for svak tilknytning til egne foreldre. Samtidig vet vi at trygg tilknytning bidrar til å ivareta trivsel, utvikling og læring. Trygg tilknytning til foreldre gjør det også lettere å knytte seg til sekundære omsorgspersoner, som ansatte i barnehagen.

Vi vet at foreldre som har et alvorlig sykt barn, ofte opplever stress, og kan bli usikre på egne ressurser. Det er derfor viktig å trygge foreldrene på at de selv mestrer å tolke sitt eget barn. Foreldre kjenner eget barn best, og er som oftest også primærkilden til dets trygghet.

Daglig berøring og hudkontakt er viktig for alle barn, og særlig for barn som er syke. Massasje med krem eller olje

er måter å være sammen på som bidrar til å redusere angst, og hjelper barnet til å finne ro. Det er takket være hormonet oksytocin, som produseres ved berøring, og som også kalles «kjærlighetshormonet» (Uvnäs Moberg, 2013).

2. KOMMUNIKASJON MED FORELDRENE

Bekymring og brudd på rutiner påvirker både foreldres arbeids- og privatliv. Eventuelle søsken har fortsatt behov for sine foreldre hjemme. Det gjelder derfor å trå varsomt i kommunikasjonen med foreldrene. Foreldrene kan ha skjulte bekymringer, deriblant angst for infeksjoner eller at barnet

” Å dra på besøk på et sykehus hvor barnehagevennen er innlagt, kan være en sterk opplevelse.

kan overstimuleres ved retur til barnehagen. Gi derfor positiv oppmerksomhet og lytt til foreldrene. Kontakten bør ikke oppleves som en merbelastning eller ekstra press for foreldrene.

Du når barnet best gjennom foreldrene. Vis omsorg for barnet, men også for foreldrenes livssituasjon. Barnehagen kan selv gjøre mye for et bra samarbeid ved for eksempel å ta ansvar for å holde kontakten regelmessig.

3. SPESIALPEDAGOGISKE RESSURSER

Tildelte spesialpedagogiske ressurser forsvinner ikke selv om barnet er innlagt på sykehus eller er syk hjemme. Selv om barnet ikke er fysisk til stede i barnehagen, kan ressursene brukes på å støtte barnet. Tiden kan benyttes til å planlegge lek, lage materiell eller gjøre andre tilpasninger i barnehagen, slik at mye allerede er på plass når barnet returnerer fra sykehuset.

NÅR BARNET ER PÅ SYKEHUSET

Det er to ting som kan hjelpe et barn som er innlagt på sykehus. Det er å gi barnet *en opplevelse av kontroll*, og at barnehagen *støtter barnet på ulike måter*.

EN OPPLEVELSE AV KONTROLL

Ifølge Maren Østvold Lindheim (2023), spesialist i barne- og ungdomspsykologi, setter både medisinske prosedyrer og redsel for smerte varige spor hos barn som er på sykehus. Hun påpeker at yngre barn kan oppleve mer intens redsel og smerte ved prosedyrer enn eldre barn, fordi noen barn kan bli holdt fast for at sykehuspersonalet for eksempel skal få tatt blodprøve av dem. Derfor understreker Østvold Lindheim at det på sykehuset bør legges til rette for at barn og unge opplever størst mulig grad av oversikt og kontroll.

En måte å gi barnet kontroll på er å utforme en dagsplan med det språket barnet forstår. Det kan være tegn, bilder og gjenstander. Barnehagen kan selv gi et verdifullt bidrag til hvordan dagsplanen kan utformes, samt belyse hvordan barnet kan gjøres oppmerksom på barnehagen under sykehusoppholdet.

BARNEHAGENS STØTTENDE ROLLE

Det finnes et utall måter å holde barnet «levende» på for

barna i barnehagen. Barnehagen har gjerne allerede et bilde av barnet i barnehagen som kan vises når man synger navnesang i samlingsstunden. Det kan lages en visuell fortelling for barna om barnet som er på sykehus; rommet barnet ligger på, eller hvordan hen reiste til sykehuset. Det kan også være en «selfie» med sykepleier eller besøk av en sykehusklovn eller andre nærperso-
ner til barnet. En annen mulighet er å lage tegninger, for så å sende dem i posten eller levere disse personlig på sykehuset.

BESØK PÅ SYKEHUS

Besøk på sykehus, dersom det er mulig og kort reisevei, bør gjennomføres med minst mulig stress. Det kan for eksempel være én ansatt og et par barn. Ring og avtal med foreldrene og sykehuset på forhånd. Avtal møteplass og vurder også forhold som lyd- og lysskjerming og et tidspunkt som ikke forstyrrer aktiviteter eller hvile. Spør gjerne om det er i orden å ta med ting som barna har laget i barnehagen.

Besøker du barnet på sykehuset, kan dere ta med favorittleken, en pinne, en bok eller en sang som barnet er glad i. Det enkle kan ofte være nok til å gjenkal-
le gode minner. For barnet kan en slik

avledning bidra til å redusere engstelse. Humor kan også være et velegnet virkemiddel. Hva synes barnet er morsomt? Det er ikke uten grunn at sykehusklover representerer en kjærkommen avveksling eller avledning fra sykdom, bekymring og smerte. Digitale hjelpemidler kan også være nyttige og muliggjør eksempelvis deling av barnelatter fra en samling, barnesang eller høytlesning fra favorittboken. Det er måter å signalisere at «alle barna venter på at du kommer tilbake». Dette kan også være god medisin.

Det er viktig at pedagogene fra barnehagen snakker sammen med helsepersonalet. Spørsmål fra pedagogene kan også inspirere helsepersonalet til tanker som beriker lekemiljøet på sykehuset. Å dra på besøk på et sykehus hvor barnehagevennen er innlagt, kan være en sterk opplevelse. Det er derfor bra å snakke med barna om dette både før og etter besøket.

En annen mulighet kan være å dra på hjemmebesøk,

Dette kan du gjøre for barn på sykehus

- Ikke tenk så stort og omfattende. Send en tegning, slik at barnet og foreldrene vet at barnehagen tenker på og bryr seg om barnet.
- Ta opp barnelatter, barnestemmer fra samling eller lek og send til hjemmet.
- Lag opptak fra samlingsstund eller les inn en bok og gi barnet.
- Utform en dagsplan som barnet kan ha på sykehuset. Det kan gi opplevelse av kontroll.
- Del bilder fra barnehagen med barnet.
 - Ta ansvar for kommunikasjonen og hold kontakten med foreldrene. Gjør det forutsigbart og regelmessig.
- Vurder om besøk på sykehuset er mulig og ønskelig.
- I overgangsfasen mellom hjem og barnehage kan dere vurdere hjemmebesøk eller at barnet besøker barnehagen.

Dette kan du gjøre i barnehagen

- Lag for eksempel en visuell fortelling om hvor det syke barnet er.
- Bruk bildet av barnet når du snakker om barnet som er på sykehus.
 - Hent råd om tilrettelegging fra helsepersonell, PPT eller Statped.
 - Les mer: www.frambu.no/tema/enheten-leve-na/. Leve NÅ er et nasjonalt tilbud til barn med livstruende og livsbegrensende tilstander, deres familie og tjenesteapparat. Enheten har som mål og bidra med å styrke kompetanse på barnepalliasjon.
- Vær kreativ, tenk muligheter.

først en ansatt alene, så eventuelt sammen med noen barnehagebarn. Det kan være en gradvis tilnærming til barnehagen igjen. Neste steg kan være at barnet besøker barnehagen, før det gradvis kommer tilbake.

NÅR BARNET ER SKREVET UT

Foreldre bidrar positivt til ny tilvenning av barnet, men behøver støtte og rom. Før barnet kommer på besøk til barnehagen, er det viktig at barnehagen er oppmerksom på dagsrytmen, og tydelig på når det passer å komme på besøk. De øvrige barna må også gis oppmerksomhet, og det må være ansatte nok på jobb til å ivareta alle barna, slik at besøket oppleves som godt. Vurder om de første besøkene bør foregå ute, der faren for infeksjoner og smitte er lavere. Dersom det passer å komme på hjemmebesøk, er tegninger og andre ting man lager i barnehagen, ofte fine å ta med. Ikke undervurder den visuelle kraften en tegning kan ha på et barn, som når den henger på kjøleskapet i en hverdag ellers preget av medisinesker og spesialmat.

Andre ting som kan være med på å bygge bro mellom hjem og barnehage, kan være ting som viser til årstider; som pepperkaker til jul, en løvetannbukett om sommeren eller frø til planting om våren. Barnet kan på denne måten

oppleve å være en del av barnehagens årsrytme. Alt dette kan være med på å bringe normalitet i barnets hverdag.

IVARETA BARNET VIA FORELDRENE

Vi møter foreldre som i alt det som skjer, og i redsel for alt som kan skje, i tillegg skal ivareta dialogen med barnehagen. En god støtte for foreldrene kan være noe så enkelt som å gjøre avtaler om å ringe dem. Ta gjerne utgangspunkt i en fast dag og et fast klokkeslett, noe som kan oppleves som forutsigbart for alle parter.

Litteratur

- Aleksander, S. Webinar: Attachment focused Early Childhood Intervention- PRECI Conference 2024 Gold Coast-QL-Australia
Lindheim Østfold Maren (2023) Når barn er på sykehus – Psykologforeningen; lastet ned 31.12.2023
Massaro, M., et al. (2013). Pain in cognitively impaired children: A focus for general pediatricians. *European Journal of Pediatrics*, 172(1), 9–14. <https://doi.org/10.1007/s00431-012-1720-x>
Moberg U. Kerstin (2013) The Hormone of Closeness: The Role of Oxytocin in Relationships
Nortvedt, L. et al. Barns rettigheter i norsk sykehus – er barn og foreldre fornøyde. Tidsskrift for legeförening 20. februar 2000

ANNONSE

Bestill abonnement på Første steg

Er du medlem i Utdanningsforbundet kan du velge abonnementene dine på Min side www.udf.no/min-side

Har du spørsmål kan medlemsservice kontaktes på e-post medlem@udf.no eller telefon 24 14 20 00

Er du ikke medlem, men ønsker abonnement kan du sende e-post til abonnement@utdanningsnytt.no
Prisen er 500 kroner per år for 4 utgaver



utdanningsnytt.no/abonnement





Kari Ryslett
førstelektor i mat og helse ved
Høgskulen i Volda
kari.ryslett@hivolda.no



Liv Ingrid Aske Håberg
førsteamanuensis i pedagogikk ved
NLA Høgskolen
liv.ingrid.aske.haberg@nla.no

Samisk mat i barnehagen er prega av reindriftskulturen

Når personale i barnehagen skal lage samisk mat, er det ofte av reinsdyrkjøtt. **Samisk mat er så mykje meir.**

FOTO: KARI RYSLETT

Norske barnehagar er dyktige til å markere samisk nasjonaldag 6. februar, og barn får møte samisk kultur gjennom eit spekter av aktivitetar. I denne artikkelen set vi søkelyset på korleis arbeid med samisk matkultur kan arte seg i praksis og representere utfordringar og dilemma i arbeidet med samiske perspektiv som i mindre grad blir kommuniserte, men som det kan vere behov for å løfte fram.

SAMISK KULTUR I RAMMEPLANEN

Etter at rammeplanen i 2017 i tydeleg grad løfta fram samiske perspektiv som del av barnehagens innhald, kan det sjå ut som at markering av samisk nasjonaldag og tradisjonelle samiske aktivitetar har blitt ein del av norsk barnehagetradisjon. Rammeplanen framhevar både at «Barnehagen skal synleggjere samisk kultur og bidra til at barna kan utvikle respekt og fellesskapskjensle for det samiske mangfaldet» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 9) og at norske barnehagar skal synleggjere samisk kultur, uavhengig av om barna har samiske røter.

Sidan rammeplanen ikkje definerer kva «samisk» betyr, kan dette tolkast som at det er opp til den enkelte pedagog og barnehage å tolke innhaldet i omgrepet. Vi var difor interesserte i å undersøke korleis pedagogiske leiarar arbeider med samisk kultur ut frå sine perspektiv, også med tanke på at barnehagar i Noreg står i ei særstilling med anerkjennning av samane som urfolk (Regjeringa, 2020).

For å avgrense studien vart søkelyset retta mot samisk matkultur. I teksten under presenterer vi sentrale resultat etter å ha gjennomført fokusgruppeintervju med ti pedagogiske leiarar i fire ordinære barnehagar utan spesifikk samisk tilknytning. Resultata kjem frå ein artikkel i antologi om samiske og nasjonale minoritetars matkultur (Ryslett & Håberg, 2025).

MATRETTANE BIDOS OG GAHKKO

Både aktivitetar og utval av matrettar peikar mot reindrifts-

kulturen. Rundt den samiske nasjonaldagen 6. februar er det ein etablert praksis å gjennomføre ulike praktiske aktivitetar. Dei pedagogiske leiarane i dei fire barnehagane fortalde at dei bruker å gjennomføre ulike aktivitetar som å lage mat på bål, lassokasting, formingsaktivitetar, lytting til joik, lesing av eventyr og å sjå på TV-program om samisk kultur. Felles for desse aktivitetane er at det blir lagt stor vekt på samiske identitetsmarkørar som ligg tett opp til reindriftskulturen.

Når det gjeld utval av samiske matrettar, blir det i dei fire barnehagane nytta to matrettar: *bidos* og *gahkko*. Bidos er ei tradisjonell samisk gryte med reinsdyrkjøtt og grønsaker, og gahkko er eit tradisjonelt samisk festbrød. Ein av dei pedagogiske leiarane forklarte det slik: «Vi har laga litt mat også, bakt sånn, eg gjorde det i fjor, bakte sånne gahkkobrød eller kva det heiter, også laga vi den der bidos» (Ryslett & Håberg 2025). Dei pedagogiske leiarane fortel at dei to matrettane oftast blir laga ute på bålet.

”
Dei pedagogiske leiarane fortel at dei ønsker meir kunnskap og kompetanse om samisk kultur.

KUNNSKAP OM SAMISK MATKULTUR

Dei pedagogiske leiarane fortel at dei ønsker meir kunnskap og kompetanse om samisk kultur. Dei nyttar internett, og særleg kjeldene *NRK Super* og *Idebreen samisk* på Facebook. Som døme fortel ein av dei pedagogiske leiarane: «Så bruker vi NRK Super ein del, for der er ein

serie som heiter Megafon og der er ein episode om han Jon Eilu som er samisk og den er litt ... eg må stoppe den, for han slaktar jo! Det er litt mykje då for nokon av desse ungane her. Vi bruker å stoppe då han stikk den pinnen i nakken, er det vel?» (Ryslett & Håberg, 2025). Oppskriftene på bidos og gahkko finn dei pedagogiske leiarane oftast på internett, medan ein av barnehagane hadde ein perm knytt til feiring av den samiske nasjonaldagen. I permen var det også oppskrift på dei to matrettane.

BEREKRAFTIG SAMISK MATKULTUR

Når det gjeld berekraftig levemåte, blir tradisjonell samisk matkultur framheva som førebileleg. Dei pedagogiske



SAMISK KULTUR: Mat-
utvalet i barnehagane er
einsretta mot reindrifts-
kulturen, og representerer
ingen variasjon eller speglar
det samiske mangfaldet i
matkulturen, viser studie.
Illustrasjonsfoto:
Heiko Junge, NTB

leiarane framheva at gjennom å arbeide med samisk kultur kan dei samtidig synleggjere arbeidet med berekraftig levestett. Ein av dei forklarte det slik: «Det [berekraft] viser dei [samane] godt fram med slakting av dyr, dei brukar heile dyret ikkje sant, ikkje som oss som kjøper forferdelege pel-skragar frå Kina» (Ryslett & Håberg, 2025). Dei pedagogiske leiarane formidlar at ein tradisjonell samisk levemåte, knytt til reindriftskulturen, står i stor kontrast til eit vestleg levestett og forbrukarsamfunn.

BAKKEBYRÅKRATAR

I studien har vi definert pedagogiske leiarar som bakkebyråkratar. Det er typisk for ein bakkebyråkrat å manøvrere

mellom krav «ovanfrå» og innspel «nedanfrå». «Ovanfrå» tyder samfunnsmandatet eller rammeplanen sine pålegg om å arbeide med samisk kultur i barnehagen. «Nedanfrå» peikar på foreldre- og barnegruppa som brukarar av barnehagen. Pedagogiske leiarar som bakkebyråkratarane må utøve ein betydeleg grad av skjønn (Molander & Terum, 2008), og dette kan føre til fleire dilemma.

FLEIRE DILEMMA

Dei pedagogiske leiarane uttrykte at dei kjente på ein gjennomgåande mangel på kunnskap om det samiske feltet, men også dilemma mellom fortid og notid i presentasjonen av samisk kultur. Ein av dei pedagogiske leiarane uttrykte det slik:

Fag og forskning

SAMISK MAT: Bidos er ei tradisjonell samisk gryte med reinsdyrkjøtt og grønnsaker som barnehagelærarane ofte lagar når dei skal snakke om samisk kultur i barnehagen.



PÅ BÅLET: Gahkko er eit tradisjonelt samisk festbrød, men samisk matkultur er meir mangfaldig og inneheld også råvarer frå hav, elv og jordbruk som fisk, sau, geit og bær.

« ... men så veit vi jo også at dei fleste samane bur i vanlege hus og dei går med vanlege kle, så det er noko med at vi må få fram det også, slik at vi ikkje driv med vranglære. Ein veit no ikkje heilt kva som er riktig heller» (Ryslett & Håberg, 2025).

Eit anna dilemma som dei pedagogiske leiarane peikar på, er frykt for å krenke den samiske kulturen, som å «trake nokon på tærne» (Ryslett & Håberg, 2025). Dei uttrykker også frykt for å framstille samisk kultur på ein stereotypisk måte, som igjen kan føre til for lite respekt. Som døme understrekar ein av dei pedagogiske leiarane at: «Dei samiske plagga er ikkje utkleddingsklede, respekt!» (Ryslett & Håberg 2025).

Vi finn også at det kan vere eit dilemma at ingen av dei pedagogiske leiarane stilte spørsmål ved utvalet av samiske matrettar (bidos og gahkko). Matutvalet er einsretta mot reindriftskulturen, og representerer ingen variasjon eller speglar det samiske mangfaldet i matkulturen. Samisk matkultur er meir mangfaldig og inneheld også råvarer frå hav, elv og jordbruk som fisk, sau, geit og bær (Heim 2023, s.172–173). Dette dilemmaet var i liten grad synleg når det gjeld matkultur, og kan peike på liten matkunnskap om det samiske mangfaldet.

TRENG MEIR FAGLEG STØTTE

Vi tolkar dei pedagogiske leiarane i denne studien slik at val av matrettar, oppskrifter og gjennomføring av eit samisk måltid er ukomplisert. I denne studien finn vi at reindriftskulturen er dominerande i formidlinga av samisk matkultur. Spørsmål som gjeld tradisjonell samisk levemåte i lys av vår moderne tid, peikar også på dilemma i samisk kulturformidling, som mangel på kunnskap og frykt for å krenke den samiske kulturen.

Vi har forståing for at pedagogiske leiarar med ansvar for å formidle samisk kultur, har behov for kunnskap og kompetanse for å møte dei formelle krava i rammeplanen. Som resultat av denne studien ønsker vi å sette søkelys på behovet for meir fagleg støtte til dei pedagogiske leiarane og meir forskning på feltet.

Bestill annonser for 2025



Utgivelsesplan
annonsefrist/utgivelsesdato

- 1 **12. februar** / 14. mars
- 2 **23. april** / 23. mai
- 3 **27. august** / 26. september
- 4 **12. november** / 12. desember

Visste du at
annonser hos
oss sees av
63 000 lesere?

ANNONSEKONTAKT
Grethe Ånerud i HS Media
E-post: utdanning@hsmedia.no
Telefon: 92 83 68 30



[utdanningsnytt.no/
annonser](https://utdanningsnytt.no/annonser)

Litteratur

Heim, G. (2023). Samisk matkultur. I G. Figenschou, S.S. Karlsen & H.C. Pedersen (Red). *Åvndet: Samiske tema i skole og utdanning* (s.170–182). Universitetsforlaget. Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen*. UDIR. <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>
Molander, A. & Terum, L. I. (2008). Profesjonsstudier – en introduksjon. I A. Molander & L.I. Terum (Red.), *Profesjonsstudier* (s. 13–28). Universitetsforlaget.
Regjeringa (2020). ILO- konvensjonen om urfolks rettigheter. <https://www.regjeringen.no/no/tema/urfolk-og-minoriteter/urfolkryddemappe/ilo-konvensjonen-om-urfolks-rettigheter-/id487963/>
Ryslett & Håberg (2025). Samisk matkultur i norsk barnehage. «Vi bakte sånne gahkko-brød eller kva det heiter, også laga vi den der Bidos». I G. Grande, L. Husjord & K. Ryslett (Red), *Matkulturer i Norge. Samisk, kvensk/norskfinsk, skogfinsk, jødisk, romsk og romani/tater i fagområdet mat og helse i lærerutdanningene*. (s.202–217). Fagbokforlaget. DOI: <https://doi.org/10.55669/oa580407>



Anmeldt av

Ingeborg Tveter Thoresen
tidligere rektor og førstelektor ved Høgskolen i
Vestfold, fagbokforfatter og skribent
t-thores@online.no

Dag Øystein Nome og Soern Finn Menning

Småbarnspedagogiske praksiser
De yngste barna møter rammeplanen

Gyldendal (2024)
200 sider

De yngste barna og rammeplanen

Boka handler om hva rammeplanen betyr for de yngste barnehagebarna. Målet er å inspirere til nyskapende arbeid med dem.

Hvordan kan *Rammeplan for barnehagens oppgaver og innhold* få betydning for de yngste barna? Det gir denne boka deg svar på. Rammeplanen har knappe og generelle formuleringer. Nettopp derfor er denne antologien kjærkommen.

BARNAS SANSELIGE VERDEN

Boka har artikler av ni forfattere fra ulike fag- og praksisområder. Målet med boka er å inspirere til «et nyskapende og kreativt arbeid med ett- til treåringer», der barna opplever «stell og omsorg» og gis rom for utfoldelse i lek og i strev med «å reise seg opp og gå». Bokas hovedtema er barnet og bruk av rammeplanen i praksis. Boka bygger på en fenomenologisk tradisjon, der barnas kroppslighet, bevegelse og sanselige opplevelse av verden er vektlagt.

Mennings kapittel dreier seg om ulike forståelser av barndommen med konsekvenser for det praktiske arbeidet i barnehagen, for eksempel om man ser barnet som sårbart eller robust.

LEK OG LÆRING

Nome skriver om lek og lekstøtte for de yngste, et toppaktuelt tema der lek og læring gjerne kobles ut fra et nytteperspektiv. Hans kapittel om lek og om læring med kropp og sanser er

klargjørende rent faglig, men kan også leses som et oppgjør med en uheldig dreining i barnehagepolitikken og -pedagogikken om lek og læring. Et annet tema er skjønnsutøvelse og barns medvirkning, som er diskutert ut fra rammene de ansatte har. Bærekraftig utvikling er kommet inn i rammeplanen som en verdi barna skal møte og lære, og en av forfatteren diskuterer en bærekraftig småbarnspedagogikk.

SPRÅK, MUSIKK OG LEK

Boka viser hvor viktig det er at barnet bades i språk og oppmerksomhet, og hvordan vi mennesker kommuniserer med kroppen, blikket og ansiktet fra barnet er født. Leserene får også fascinerende kunnskap om hva som skal til for å lære språk, og miljøets, fortellingenes og lekens betydning for språkutviklingen. Boka handler også om bruk av musikk for de minste som en viktig del av omsorgen. Det er alt fra å delta i barnas spontansang til å ha et lekende og oppmerksomt nærvær. Et av kapitlene tar også for seg sanselige lekeprosjekter med materialer inspirert av Reggio Emilia-filosofien. Selv om antologien har de yngste i fokus, kan tenkningen og praksisen som boka redegjør for, være nyttig for arbeidet med alle barnehagebarna.



Ann Sofi Larsen, Ninni Sandvik og Bente Ulla (red.)
Variasjoner, vitalitet og virvar
Tilnærminger til språk i barnehagelivet
Fagbokforlaget (2025)
164 sider

Denne antologien tar for seg de minste barnas språk som noen mer enn bare ord, og hva språk i barnehagen kan være. Du kan blant annet lese om barns sanselige og kroppslige uttrykk i lys av teori og ulike forskningsprosjekter, som utfordrer tradisjonelle forestillinger om språk.



Olav Hovdelien, Tonje Baugerud, Silje Lyngar Einarsen og Katrine Giæver
Religioner i barnehagen
Fagbokforlaget (2024)
184 sider

En bok som gir barnehageansatte innsikt i hva religion er, hva rammeplanen og barnehageloven sier om religion og hvordan du kan jobbe med religionsarbeid. Du får innsikt i ulike typer religioner og hovedtrender i Norge. Andre tema er frykten for å trække over grenser, høytidsmarkeringer og foreldresamarbeid.



Merete Moe, Sissel Mørreaunet og Kjersti Nissen
Barnehageledelse i bevegelse
Fagbokforlaget (2023)
263 sider

Hvordan leder styrerne i barnehagen, og hvilken betydning kan ledelse ha for barnehagens pedagogiske arbeid? Det svarer boka på. Den er basert på et forskningsprosjekt der forfatterne har skygget barnehageledere. Du kan lese om utfordringer i barnehageledelse, typer ledelse, krav, skjønn og veiledning.

Nye bøker



Hilde Dehnæs Hogsnes,
June Berger Storli og Liv
Torunn Eik (red.)
**Arbeid med overganger i
barnehagen**
Fagbokforlaget (2025)
156 sider

En bok om hvordan barnehagelærerne kan utvikle en praksis som fører til gode overganger for barna når de begynner i barnehage, bytter barnegrupper og begynner på SFO og skole. Boka har praksisfortellinger og er basert på forskning. Du får kunnskap om betydningen av trygghet, lek og det å skape sammenhenger i overgangene.



Ingeborg Tveter Thoresen
**Foreldresamarbeid i
barnehagen**
Cappelen Damm Akade-
misk (2024)
2. utgave
206 sider

Hvorfor er foreldresamarbeid viktig? Det er utgangspunktet for denne boka, som tar for seg foreldresamarbeid i et samfunnsperspektiv. Noen av temaene er forventninger, tillit, kommunikasjon, rettigheter og mangfold. Boka er oppdatert med siste endringer i barnehageloven, rammeplanen og politiske dokumenter og ny forskning.



Trond Sødal
**40 råd etter 40 år som
barnepsykiater**
**Hvordan få gitt hjelp til de
barna som trenger det?**
Kolofon Forlag (2024)
98 sider

En kort og lettlest bok med konkrete råd fra en barnepsykiater om hvordan du kan møte og hjelpe barn etter akutte hendelser eller langvarige vansker. En god relasjon er det viktigste for å kunne hjelpe. Boka har råd om hvordan møte barn som ikke sier noe, er aggressive eller forteller om misbruk. En bok fra terapirommet, som har gode tips til alle som jobber med barn.



Ingrid Lund
Det stille atferdsproblemet
Innagerende atferd i barnehage og skole
Fagbokforlaget 2. utg. (2024)
168 sider

Nyttig bok om innagerende atferd hos barn

Boka gir deg gode verktøy til hvordan du kan oppdage og støtte barn med innagerende atferd i barnehage og skole.

Ingrid Lund bygger opp boken ved først å skildre sjenanse som innagerende atferd i møte med både barnehage og skole, men også ut fra ulike forståelser: Den sosialpsykologiske, som handler om det sosiale samspillet mellom mennesker, og en eksistensiell-fenomenologisk forståelse. Det er en mer filosofisk innfallsvinkel for å studere menneskets livsverden fra flere sider. Hun skriver videre om mentalisering – om å forstå seg selv og andre – der barnets tilknytningsmønstre står sentralt.

USYNLIG OG LITE KREVENDE

I boken får du også forslag til ulike tiltak for hvordan du kan lytte til barnas tause stemmer, og hjelpe dem til å trene på å ta del i det sosiale fellesskapet. I denne andre utgaven er det ny forskning og konkrete tiltak som barnehager og skoler kan bruke for å lage gode leke- og læringsmiljøer for barn med innagerende atferd.

Lund viser til sprikende statistikk som viser at alt fra 4 prosent til hele 20 prosent av barn mellom 4 og 18 år har en innagerende atferd. Forfatteren har

en hypotese om at atferden blir bagatelisert og oversett fordi barn ikke krever noe av omgivelsene. Barn trenger voksne med det ekstra blikket og et genuint ønske om å forstå. «Det handler om å gi barn og unge nok tro på seg selv og sine egne opplevelser slik at de har mot til å stå støtt i seg selv, til å utvikle seg og til å våge og tre frem», skriver forfatteren.

ØVELSESARENAER

Lund bruker begrepet øvelsesarenaer der barn med innagerende atferd skal kunne øve seg forsiktig i trygge omgivelser med voksne som støtter barnet underveis. Hun viser til sin egen doktoravhandling der hun intervjuet barn og unge om tanker fra egen hverdag. Et av barna sier dette: «Når vi vet at de voksne vil oss vel, så ønsker vi at de skal forvente noe av oss».

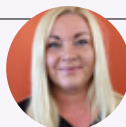
Boken oppleves som et helhetlig og faglig godt verk med praksisnære eksempler som gjør det enklere for oss som jobber i barnehage og skole, å både oppdage og forstå, og på den måten kunne hjelpe, barn og unge med innagerende atferd.



Anmeldt av

Kathrine Mathilde Fagereng
Barnehagelærer med master i
barnehagepedagogikk, pedagogisk leder i
Slagen barnehage i Tønsberg, forfatter.
kathriefagereng@hotmail.com

Agnes-Margrethe Bjorvand, førstelektor i nordisk litteratur og norskfaglig ansvarlig i barnehagelærerutdanningen ved Universitet i Agder (UiA). agnes-margrethe.bjorvand@uia.no



Cecilie Dyrkorn Fodstad, dosent i norsk ved Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning (DMMH). cecilie.fodstad@dmnh.no



Ane Barmen & Marianne Gretteberg Engedal
Tone

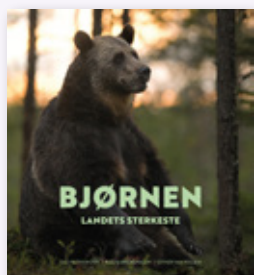
Gyldendal (2024)
Bildebok, fra 3 år
40 sider

Tone trives aller best sammen med storebror Daniel. Men når Daniel leker med venninna Ingeborg, får ikke Tone være med. Hun får heller ikke bli med Daniel på korpsøving. Det blir likevel mulig når begge fedrene må i møte. På korpsøving kjeder Tone seg, starter brannalarmen og putter munnstykket til Daniels kornett i do. Så skjer det noe som gjør at Tone finner sitt musikalske uttrykk og sin bestevenn. Boka åpner for ulike følelser, fra det lett humoristiske til den dypere misunnelsen. Den visuelle fortellinga er formidabel. Dette er ei bok om hvor viktig det er å få uttrykke seg på sin egen måte.

Anna Aanensen
Randøy & Mari
Kanstad Johnsen
Myk

Gyldendal (2024)
Bildebok, fra 2 år
27 sider

I denne småbarnsbo-ka følger vi jeg-personen og kosedyret, Myk, gjennom et døgn. De legger seg, drar til barnehagen, leker, blir hentet, spiser, bader og legger seg igjen. Hverdagen har rom for magiske fantasiunivers som de to deler. Boka er rik på hendelser og har detaljerte bilder som gjør at barn igjen og igjen kan lese, peke på og snakke om det som skjer. Litt ekstra fint er det at jeg-personen ikke er definert i kjønn eller etnisitet.



Ole Mathismoen, Roger Brendhagen
& Esther van Hulsen

Bjørnen – landets sterkeste

Fontini (2024)
Fagbildebok, fra 4 år
177 sider

Dette er første bok i en påkostet prakt-serie om Norges ville dyr. De fantastiske fotografiene fører oss tett på både små og store bjørner, samtidig som vi lærer mye om dette fascinerende dyret. Boka er full av morsomme fakta. Visste du for eksempel at bjørn er det eneste rovdyret som bæsjer på seg hvis det blir skremt? Eller at bjørner kan plystre? Dette er ei stor bok med mange sider, men den er som skapt for å lese litt her og der.



Line Renslebråten

Narhvalen – virkelighetens enhjørning

Spartacus (2024)
Fagbildebok, fra 3 år
45 sider

I denne vakre fagbildeboka lærer vi om livet til den mystiske og sjeldne narhvalen, som lever i det iskalde polhavet. Her er det nok av spenning, for vi følger en kalv som kommer bort fra flokken sin. Mens kalven prøver å finne de andre, møter den på farer i form av både spekkhugger og isbjørn. Heldigvis er narhvaler gode til å kommunisere med hverandre, så fortellingen om havets enhjørning ender godt.



Anna Kemp og Sara Ogilvie, oversatt til norsk av Vibeke Saugestad

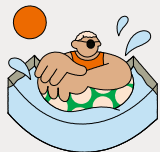
Verdens verste prinsesse

Omnipax (2024)
Bildebok, fra 3 år
30 sider

Prinsesse My er fanget i et tårn og blir reddet av en modig ridder. Hun passer imidlertid ikke inn i bildet av en tradisjonell prinsesse, og ender nok en gang i fangenskap. Da ber hun en ildsprutende drage om hjelp. Sammen drar de ut i verden og gjør narr av både prinser og riddere. En vilter og rebelsk prinsesse portretteres i denne moderne eventyrferden, der det lekes med både sjanger og språk på rim.

Dine unike medlemsfordeler

Som medlem i Utdanningsforbundet har du tilgang til unike medlemsfordeler. Flere av dem gjelder også for din familie. Ved å bruke fordelene kan du og dine få en tryggere hverdag og en bedre familieøkonomi. Våre forsikringer til medlemspris er tilpasset ulike livsfaser.



Reiseforsikring



Livsforsikring



Studentforsikring



Innboforsikring



Barneforsikring



Husforsikring



Grunnforsikring



70+ forsikring



Bilforsikring



Uføreforsikring



Kritisk sykdomsforsikring

Rabatt hos Tryg

I tillegg til Utdanningsforbundets spesialtilpassede forsikringer får du rabatt på private forsikringer hos Tryg. Ordningen gir deg 35 prosent rabatt på alt fra hytte- til dyreforsikring.

Andre fordeler i Tryg

Hvis du har privat forsikring i Tryg, får du også tilgang til psykologhjelp ved personlig krise, råd fra fagpersoner om bolig, og hjelp ved ID-tyveri eller misbruk i sosiale medier.

Andre medlemsfordeler

- boliglån hos Nordea
- BikeMember sykkelregister
- overnatting på Hurdalsjøen Hotell

Tilbud gjennom Unio

Som medlem i Utdanningsforbundet får du også medlemstilbudene hos Unio.





REISEFORSIKRING

Alt på stell før ferien?

Reiseforsikringen gjelder både i utlandet og i Norge. Når sant skal sies, så gjelder den allerede i det du forlater tomtegrensen.

Husk å kjøpe reiseforsikringen før du bestiller reisen, så får du avbestillingsdekning hvis du blir syk og ikke kan dra.



Barnehager verden rundt

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK
FOTO: AFP/NTB OG ADOBE STOCK

1 TYSKLAND

Henter barnehagelærere fra andre land

Tyske barnehager sliter med å få tak i nok barnehagelærere og rekrutterer barnehagelærere fra Spania for å bekjempe personalmangelen. En av dem er Brenda Hornos Justicia, som jobber i Krähenwinkel barnehage i Hannover. Ifølge den nasjonale arbeidsformidlingen i Tyskland er det overskudd på barnehagelærere i Spania. (NTB)



2 TYRKIA

Adopterte katt etter jordskjelv

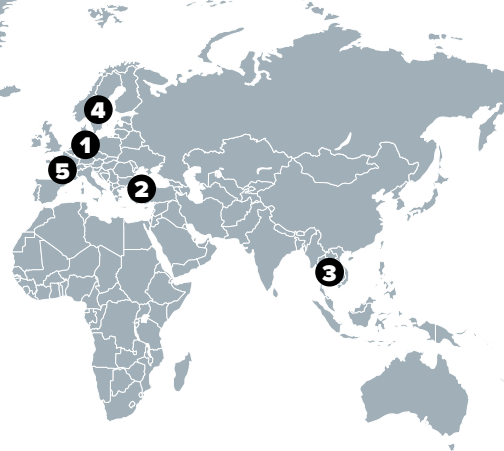
Barna i Lemanana barnehage i Istanbul koser med katten Pusuk, som har bodd i barnehagen de siste to årene. Katten ble funnet alene i barnehagens uteområde etter jordskjelvene i Kahramanmaraş og ble raskt adoptert av barnehagens ledelse. Nå er den til stor glede for barna. (NTB)



3 THAILAND

Kjemper mot luftforurensning

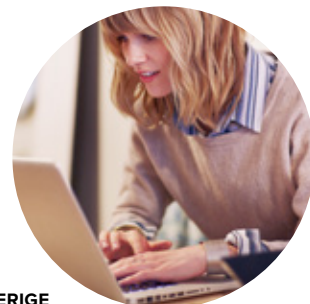
Et førskolebarn blir levert av foreldrene sine i Wat Rajaphatika-ram-førskolen i Bangkok. Her kan barna oppholde seg i rom utstyrt med luftrensere og ventilasjonsanlegg, som en del av byens støvfrie klasseromsprosjekt i kampen mot luftforurensningen. Rundt 13,6 millioner barn i Thailand står i fare for å bli utsatt for skadelig luftforurensning, ifølge UNICEF. (NTB)



4 SVERIGE

Seks av ti rekker ikke planlegge

Seks av ti førskolelærere rekker ikke å planlegge det de skal hver uke, og må bruke tiden sammen med barna til planlegging, viser en undersøkelse Sveriges Lärare har gjort blant 1361 førskolelærere i Sverige. Hver tredje førskolelærer som har bedt om mer plantid, har heller ikke fått gehør for det av sin arbeidsgiver. Gjennomsnittlig plantid per uke er 3,1 timer. (Förskolan)



5 FRANKRIKE

Forsker på overgangen fra barnehage til skole

Forskere fra flere europeiske institusjoner er med i forskningsprosjektet Concrete med mål om å lette overgangen fra barnehage til skole, spesielt for minoritetsspråklige barn eller barn med migrasjonsbakgrunn. Universitetet i Stavanger er med fra Norge. Prosjektet som starter opp våren 2025, ledes av Université de Montpellier i Frankrike og har også med forskere fra Bosnia-Hercegovina, Litauen og Bulgaria. (uis.no)

Det er på tide å prioritere oppgåver i barnehagen

Vi barnehagetilsette er så løysingsorienterte at vi nesten viskar ut oss sjølve. **Det må vi slutte med.**

Barnehagen fløymer over av oppgåver som har lite eller ingenting med det pedagogiske arbeidet å gjere. Nokre tidstjuvar må vi leve med, men ein del oppgåver kan med fordel kuttast ut eller reduserast. Det er på høg tid å sjå på tidsbruk opp mot nytteverdi, og då kva nytteverdi oppgåvene har med tanke på barna. Kva er det nyttig for barna at barnehagelærarane brukar tid på?

LOVPÅLAGT ELLER SJØLVPÅLAGT?

Barnehagetilsette strør, skuffar snø, og nokre reparerer møblar og skiftar filter i ventilasjonsanlegget. Barnehagetilsette rapporterer meir, oppdaterer den digitale plattformen fleire gonger dagleg og utfører oppgåver som reinhaldaren eller vaktmeisteren gjorde før, for å nemne noko.

Er alle oppgåvene som barnehagen utfører, naudsynte for å oppfylle rammeplanen? Vi må sortere oppgåver og vurdere kva vi skal prioritere, og vi må spørje oss sjølve om oppgåvene er lovpålagde eller pålagde av andre – eller om dei kanskje er sjølvpålagde? Vi må òg vurdere om oppgåvene kan gjerast på andre måtar, om vi bør redusere omfanget eller kutte dei ut? Og ikkje minst: Er dette eigentleg vår oppgåve?

PLANTID FÅR SKULDA

Plantida får ofte skulda for at det er færre

tilsette saman med barnegruppa, men det er mykje anna som i større grad tek tilsette vekk frå barn og barnegruppe, og dei tidstjuvane bør vi snakke mykje meir om. Plantid er trass alt avtalefesta og viktig for det pedagogiske arbeidet. Den må vernast.

Vi barnehagetilsette har ein tendens til å vere så løysingsorienterte at vi nesten viskar ut oss sjølve. Det må vi slutte med, både for vår eiga helse si skuld og for barna si skuld. Vi skal ikkje ta på oss ansvaret for å måke snø fordi teknisk avdeling har det så travelt, eller kutte planleggingstida fordi det var så mange andre gjeremål som måtte utførast.

MÅ REDUSERE OPPGÅVER

Mange tilsette går heim med dårleg samvit for alt ein ikkje fekk gjort eller følgt opp. Sjukefråveret er skyhøgt og pensjonsalderen låg, fordi ein ikkje klarer å stå i arbeid til ordinær pensjonsalder. Barnehagetilsette brenn lyset i begge endar. Dette kan ikkje halde fram. Tilsette, styrar og eigar må saman belyse og redusere oppgåver som tek tid og merksemd vekk frå barnegruppa. Slik får vi også ein meir helsefremmande arbeidsplass. Leiarar og eigarar har eit særleg ansvar i dette arbeidet.

Tilsette, styrar og eigar må saman belyse og redusere oppgåver som tek tid og merksemd vekk frå barnegruppa.

Anita Holm Cirotzki
sentralstyremedlem og leiar
i kontaktforum barnehage i
Utdanningsforbundet
anitaholm.cirotzki@utdanningsforbundet.no



Nytt e-læringskurs fra Barnehageforum

LEKEN, BARNA OG DU!

av og med Birgitte Fjørtoft!

Leken er noe av det viktigste for barna i barnehagen, og derfor bør det også være noe av det viktigste for dere som jobber der.

Kurset består av fem moduler:

- Hva er lek?
- Hvem mener hva om lek?
- Bør vi leke med barna?
- Hva gjør vi når leken ikke fungerer?
- Lek i praksis – hvordan gjør vi det?

**Digitale foredrag,
oppgaver og
aktiviteter!**

Koble riktig rolle til riktig beskrivelse

# 1	Medleker	Står i nærheten og får innsett i barns lek og samspill.
# 2	Rekvisitter	Deltar aktivt i lek, men lar barna styre den.
# 3	Lekelider	Har hovedrollen i leken og bringer den nye ider.
# 4	Observatør	Tilretteligger for lek, men deltar ikke selv.

Hva kaller du barn som er gode lekere?

- ☐ De leksevendige barna
- ☐ De lekedyktige barna
- ☐ De lekessatte
- ☐ De lekende barna

Kort oppsummering av essensen fra foredraget

Fire ulike posisjoner i lek:

- 1** Observatør: I nærheten, ikke aktivt deltakende
- 2** Rekvisitter: Tilbyr hjelp, støtte og materialer, ikke aktivt deltakende
- 3** Medleker: Deltar aktivt, ikke hovedrollen
- 4** Lekelider: Engasjerer deg aktivt, gjerne hovedrollen

MODUL 1

Hva er lek?