



Råd och tips som kan underlätta inskolningen på förskolan för ert barn

Det kan vara bra att träna på separationen, prova att lämna till t.ex. mor- och farföräldrar, vänj försiktigt barnet vid att ena vårdnadshavaren inte alltid behöver vara med. Prova på att ha barnvakt hemma eller i annan välkänd miljö under trygga omständigheter och i er egen takt.

Vänj om möjligt barnet vid att umgås med andra barn och vuxna och att vara i barngrupper genom att till exempel besöka en öppen förskola regelbundet under en tid innan det är dags att börja förskola.

Planera inte flera händelser som utmanar barnet under inskolningsperioden. Det är t.ex. inte bra att sluta med blöja eller napp under denna period. Om ni tänkt göra andra förändringar som påverkar barnet hemma, (t.ex. sluta med amning, introducera barnet till egen säng, eget rum) gör dem hellre långt innan eller långt efter förskolestart.

Finns det ett stycke trygghet/övergångsobjekt att ta med? Även om barnet inte använder en nalle hemma, kanske man kan utse ett mjukdjur till att vara förskolekompis. Ta med snuttefilt, napp eller annat barnet är mycket fäst vid.

Märk kläder, eventuell napp, snutte och gosedjur med barnets namn. Det underlättar både för er och för pedagogerna.

Berätta om barnets vanor och personlighet. Vårdnadshavarna känner sina barn bäst. Tipsa om vad barnet gillar (lekar, mat m.m.).

Vänj barnet vid vanlig mat och att sitta i barnstol när man äter.

På vår förskola sover barnen ute i vagn. Prova på detta hemma innan förskolestarten. Vagn tar varje familj med och det går bra att lämna vagnen kvar om ni önskar. Det är också bra att ha sovkläder t.ex. fleece-ställ eftersom de kläder barnet har när det är ute och leker kan vara blöta, smutsiga m.m.

När du lämnar ditt barn så dröj inte kvar för länge, även om barnet gråter. Ditt barn vet att du kommer gå, det blir inte bättre av att du stannar kvar, snarare tvärtom. När ni sagt "hej då", gå alltid och kom inte tillbaka direkt så att barnet blir förvirrat. (ring gärna efter en stund, t.ex. när du kommit fram till jobbet och fråga hur det går för ditt barn). Smyg aldrig iväg från barnet. Säg alltid "hej då" även om barnet blir ledset.

Tillåt barnet att visa alla sina känslor, även de negativa (ledsen, arg osv). Vuxna vill ofta att barn ska vara glada, men alla känslor får finnas med och bli bekräftade. När du som vuxen är trygg med att lämna ditt barn till förskolan så känner barnet av det.

Ställ frågor om det är något ni undrar. Ge information om det är något som kan påverka ert barn under dagen t ex dålig sömn under natten. Med en öppen dialog mellan vårdnadshavare och pedagoger så underlättar vi för barnet att få en trygg inskolning.

Välkomna till förskolan