

Slik blir du godt forberedt til nytt barnehageår.

Til alle barnehager i Nordland, Troms og Finnmark

Kjære ansatte,

Vi ønsker dere lykke til med et nytt barnehageår og med det viktige arbeidet dere hver dag gjør for barn og familier.

Barnehagestart handler om mye mer enn oppmøtet den første dagen. For noen barn er barnehagestart en gradvis prosess som varer i uker og måneder. Nye barn skal bli kjent med nye voksne, nye rom, nye rutiner og nye fellesskap. Samtidig skal barn som allerede går i barnehagen finne sin plass i nye grupper og relasjoner.

Barnehagelovens kapittel 8 slår fast at alle barn har rett til et trygt og godt psykososialt barnehagemiljø. Denne retten blir virkelig når barn møter voksne som ser dem, lytter til dem og arbeider aktivt for at alle barn skal oppleve tilhørighet, trygghet, omsorg og deltagelse.

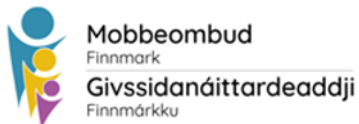
Som ombud møter vi barn, foresatte og ansatte som forteller om både gode og utfordrende opplevelser i barnehagen. Vi møter barn som gleder seg til å komme i barnehagen, men også barn som gruer seg, trekker seg unna eller ikke opplever å finne sin plass i lek og fellesskap.

Denne startpakken er laget for å hjelpe barnehager med å skape trygge overganger, bygge inkluderende fellesskap og sikre at alle ansatte har en felles forståelse av hvordan vi arbeider for barns beste.

Takk for jobben dere gjør! En trygg barnehagestart er starten på et godt barnehageår.

Med vennlig hilsen

Mobbeombudet i Finnmark, Elev-, lærling- og mobbeombudet i Troms og Mobbeombudet i Nordland.



Mobbeombudet

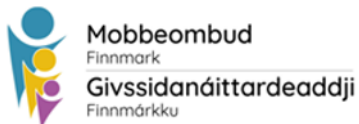
BARNEHAGESTARTPAKKE 2026

Trygg start. Tydelige voksne. Grønne fellesskap.

For ansatte i barnehager i Nordland, Troms og Finnmark

Hovedbudskap

En god barnehagestart handler ikke bare de første dagene i august. For noen barn er det barnehagestart hver dag, hver uke og i hvert nytt rom. Derfor må alle ansatte være forberedt, samkjørte og tydelige i arbeidet med å se hvert enkelt barn og bygge fellesskap som gir tilhørighet, trygghet, mening og mestring.



Nordland
FYLKESKOMMUNE

Mobbeombudet

Innhold

Slik brukes pakken	4
Hvorfor en barnehagestartpakke?	5
Barns rett til et trygt og godt barnehagemiljø	6
Psykososialt barnehagemiljø	6
Krenkelser i barnehagen	6
Mobbing forstått som mer enn enkelthandlinger	7
Grønne og røde fellesskap	7
Voksenrollen ved barnehagestart	8
Tilpasning til barns alder og utvikling	9
Slik forbereder dere barnehagestart	10
Første dag, første uke og første måned	11
Rutiner som skaper trygghet	11
Overganger i hverdagen	11
Lek som inkluderingsarena	12
Fellesskapende aktiviteter	13
Slik planlegger du fellesskapsfremmende aktiviteter	14
Risiko- og kvalitetssikring	15
Aktivitetsplikt etter kapittel 8	16
Sjekkliste for barnehagestart	16
Evalueringsplan etter første måned	17
Avslutning	17
Kilder og grunnlag	18

Slik brukes pakken

Pakken kan brukes i:

- planleggingsdager
- personalmøter
- avdelingsmøter
- ledermøter
- foreldremøter

Målet er å skape:

- felles språk
- felles forståelse
- felles ansvar
- felles praksis

1. Les velkomstbrevet i personalet og avklar hva en trygg barnehagestart betyr hos dere.
2. Bruk «Sjekkliste for barnehagestart» (s. 16) i pedagogiskteam og på avdelings-/basemøter.
3. Planlegg hver dag med tydelig ansvar, tidsplan og rutiner.
4. Velg fellesskapende aktiviteter og kvalitetsikre dem med FFSS: fremme, forebygge, stoppe og støtte.
5. Lag foreløpige dørstokkregler. Barna skal involveres videre, men voksne må sette trygge rammer fra første dag.
6. Evaluer etter første dag, første uke og første måned. Spør om barna opplever trygghet, tilhørighet og oversikt.

Hvorfor en barnehagestartpakke?

De første dagene og ukene i barnehagen legger grunnlaget for barnets opplevelse av trygghet, omsorg, lek, læring og tilhørighet.

Noen barn finner raskt sin plass. Andre trenger mer støtte for å bli kjent med voksne, delta i lek eller håndtere overgangen fra hjem til barnehage.

En god barnehagestart innebærer at:

- barna blir møtt med varme og forutsigbarhet
- foresatte opplever trygghet og tillit
- ansatte samarbeider om felles rutiner
- sårbare barn oppdages tidlig
- lek og relasjoner prioriteres
- fellesskapet bygges systematisk

Kjerneidé

En god start handler om å redusere sosial risiko og øke opplevelsen av trygghet. Det gjør vi gjennom tydelige voksne, lavterskel aktiviteter, faste rutiner, god struktur, barns medvirkning og systematisk oppfølging av sårbare barn. **Det som er bra for de mest sårbare barna, er som regel bra for alle barna.**

Barns rett til et trygt og godt barnehagemiljø

Alle barn har rett til et trygt og godt psykososialt barnehagemiljø som fremmer helse, trivsel, lek og læring, jf. barnehageloven kap. 8. Retten handler ikke bare om fravær av krenkelser, men også om tilstedeværelse av trygghet, inkludering og læring.

Barnets opplevelse skal tas på alvor.

Psykososialt barnehagemiljø

Et godt psykososialt miljø kjennetegnes av:

- trygge relasjoner
- omsorgsfulle voksne
- deltakelse i lek
- tilhørighet
- medvirkning
- anerkjennelse
- respekt for mangfold

Krenkelser i barnehagen

Krenkelser kan være:

- mobbing
- utestenging
- diskriminering
- trakassering
- vold
- gjentatte negative handlinger
- handlinger som gjør at barn opplever utenforskap

Mobbing forstått som mer enn enkelthandlinger

I arbeidet med barnehagestart bør ansatte ha en felles mobbeforståelse. Ingrid Lund m.fl. (2017) har bidratt til en forståelse der mobbing handler om handlinger fra voksne og/eller barn som hindrer noen opplevelse av å høre til, være en betydningsfull person i fellesskapet og ha mulighet til medvirkning.

Mobbing handler ikke bare om det som skjer med barnet, men også om forholdene rundt barnet og fellesskapet barnet er en del av.

Denne forståelsen er særlig viktig ved barnehagestart. Mange krenkelser er ikke like synlige som store hendelser. Utenforskap kan vise seg som blikk, taushet, manglende invitasjoner, små kommentarer, faste grupperinger, latter når noen svarer feil, eller at barn aldri blir valgt i lek. Slike passive og relasjonelle handlinger kan være vanskelige å oppdage, men kan likevel frata barnet en trygg og betydningsfull plass.

Voksne må derfor spørre: Hvem får bidra? Hvem blir lyttet til? Hvem blir valgt bort? Hvem blir sittende alene? Hvem justerer seg hele tiden for å få være med? Hvem har lav sosial risiko, og hvem må tåle mye for å få en plass?

Grønne og røde fellesskap

Grønne fellesskap	Røde fellesskap
Alle blir sett	Noen blir oversett
Barn inviteres inn	Barn må kjempe for plass
Mangfold verdsettes	Sosial rangering utvikles
Voksne er aktive	Voksne blir observatører
Alle vet hvilke regler som gjelder	Alle vet ikke hvilke regler som gjelder
Fellesskapet er åpent	Fellesskapet er lukket
Uenighet håndteres konstruktivt	Konflikter får utvikle seg

Voksenrollen ved barnehagestart

Voksenrollens betydning for et trygt barnehagemiljø og en god barnehagestart

Alle ansatte som møter barna i hverdagen, er med på å forme barnehagestarten og påvirker barnas opplevelse av trygghet.

Dette gjelder:

- styrer
- pedagogiske ledere
- barnehagelærere
- fagarbeidere
- assistenter
- spesialpedagoger
- vikarer
- øvrige ansatte

Barna merker raskt om de voksne er samkjørte eller om praksis varierer fra rom til rom.

Barnehagestart handler derfor om «meg som voksen i møte med våre barn». Hver ansatt må vite hvordan de tar imot barna, hvordan de skaper ro og retning, hvordan de følger med på relasjoner, og hvordan de handler når noen blir stående utenfor.

Det er en slags barnehagestart hver uke, hver dag og hver time. En ansatt som møter barnegruppa for første gang, kan forsterke det gode oppstartsarbeidet – eller rive det ned. Derfor må felles rutiner være kjent for alle.

Kompetanse	Hva betyr det ved barnehagestart?
Relasjonskompetanse	Å etablere, utvikle, vedlikeholde og reparere relasjoner. Se barna, hilse, bruke navn, vise varme, følge opp og tåle usikkerhet. God dialog med foresatte.
Reguleringskompetanse	Å etablere tydelige, forutsigbare rammer for samhandling. Vite hva som gjelder i rommet, i overganger, i grupper og ute (på tur, lekeplassen)
Didaktisk kompetanse	Å planlegge hverdagen og aktiviteter slik at barna opplever mestring, mening, deltakelse og samarbeid.

Voksenstandard

Vi:

- møter hvert barn med varme og respekt
- bruker barnets navn
- er tilgjengelige og nærværende
- hjelper barn inn i lek
- følger aktivt med på samspill
- støtter vennskap
- reagerer ved krenkelser og utenforskap
- samarbeider tett med foresatte
- evaluerer om barna faktisk opplever trygghet og tilhørighet
- evaluerer egen praksis

Tilpasning til barns alder og utvikling

Jf. Rammeplan for barnehager, kap. 3, skal barnehagens innhold være allsidig, variert og tilpasset enkeltbarnet og barnegruppen. I barnehagen skal barna få leke og utfolde skaperglede, undring og utforskertrang. Arbeidet med omsorg, danning, lek, læring, sosial kompetanse og kommunikasjon og språk skal ses i sammenheng og samlet bidra til barns allsidige utvikling (<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/barnehagens-formal-og-innhold/>).

I tillegg er det noen ting som er særlig viktig knyttet til barns alder og utvikling:

Alder	Særlig viktig
0–3 år (og alle nye barn i barnehagen)	Tilknytning, trygghet, stabile voksne, gode overganger og foreldresamarbeid
3–6 år	Lek, vennskap, språk, deltagelse og fellesskap
Før barnehagestart	Selvstendighet, medvirkning, tilhørighet og trygge overganger

Slik forbereder dere barnehagestart

Forberedelsesarbeidet bør gjøres før barna kommer. Det er krevende å skape trygghet i øyeblikket dersom ansatte ikke har avklart ansvar, rutiner og risikopunkter på forhånd.

Planleggingen bør ta utgangspunkt i de mest utrygge og sårbare barna. Det som er bra for dem, er ofte bra for alle. Blanke ark, fri plassering og utydelige sosiale rammer kan oppleves frigjørende for noen, men skape sosialt vakuum for barn som ikke kjenner noen eller har tidligere erfaringer med utenforskap.

Praktisk

- Er rom og uteområder klare?
- Er garderobeplassene merket?
- Er informasjon til foresatte oppdatert og sendt ut?

Barn og familier

- Hvilke barn starter?
- Hvem kjenner hverandre?
- Hvilke barn trenger ekstra støtte?
- Hvilke erfaringer er viktige å kjenne til (f.eks. er barnet pårørende)?

Personalet

- Hvem har ansvar for mottak?
- Hvem følger opp nye familier?
- Hvordan fordeles tilvenningsansvaret?

Risiko

- Hvilke barn kan være særlig sårbare?
 - Hvordan skal vi følge dem opp?
-

Første dag, første uke og første måned

Tidspunkt	Mål	Konkrete tiltak
Første dag	Skape trygghet	Ta imot barnet og foresatte, vis omsorg og forutsigbarhet
Første uke	Bygge relasjoner	Kjente rutiner, nærværende voksne og lekestøtte
Første måned	Utvikle tilhørighet	Observasjon, foreldresamarbeid og aktiv inkludering i lek

Arbeidet beskrevet over fortsetter kontinuerlig gjennom hele året, for å sikre at alle barn har det trygt og godt i barnehagen.

Rutiner som skaper trygghet

Ved levering

- Møt barnet og foresatte med et smil.
- Bekreft at barnet er ventet.
- Gi tydelig informasjon om dagen.

Gjennom dagen

- Hjelp barna i alle overganger
- Vær nær barna.
- Delta i lek ved behov.
- Observer relasjoner og samspill.
- Hjelp barn inn i fellesskapet.

Ved henting

- Del positive observasjoner.
- Informer om eventuelle utfordringer.
- Skap trygg overgang hjem.

Overganger i hverdagen

I barns hverdag er det mange overganger, og i barnehagen kan dette handle om når barn kommer til barnehagen om morgenen, overgangen mellom ulike aktiviteter, og overganger hvor man skifter arenaer fra inne til ute og mellom ulike rom. Overganger mellom ansatte og andre barn som er til stede, og ikke til stede. Alle disse overgangene må sikres, og spesielt ved oppstart. Etter hvert vil de aller fleste mestre overganger uten problemer. Ansatte må likevel være spesielt oppmerksomme på de som sliter i disse overgangene, og gi dem spesiell oppfølging og støtte.

Reflekter over hvilke overganger det finnes i deres hverdag, og om det er ansatte til stede i alle overgangene. Er det noen overganger som er spesielt utfordrende for noen?

Lek som inkluderingsarena

Lek er den viktigste fellesskapsbyggeren i barnehagen.

Voksne skal:

- følge med
- støtte
- invitere
- koble barn sammen
- utvide leken
- forebygge ekskludering

Refleksjonsspørsmål

- Hvem er med?
- Hvem står utenfor?
- Hvem bestemmer?
- Hvem tilpasser seg?

Fellesskapende aktiviteter

Slik kan du gjennomføre fellesskapende aktiviteter

Fellesskapende aktiviteter handler ikke bare om å gjøre noe sammen. De handler om å skape rammer der alle barn kan delta, mestre og få en positiv plass i gruppa. Aktivitetene bør ha lav personlig risiko i starten. Ikke alle barn ønsker å eksponere seg selv tidlig i et nytt fellesskap.

Aktivitetene bør være tydelige, korte nok, voksenstyrte og mulig å lykkes med. Samarbeid bør vektlegges mer enn konkurranse. Det viktigste er at barn får trygge erfaringer med hverandre og med de voksne.

Aktiviteter skal:

- skape tilhørighet
- gi opplevelse av mestring
- fremme lek
- være tilgjengelige for alle barn

Eksempler:

1. Navne- og bli-kjent-leker
2. Felles turer
3. Samlingsstund
4. Kreative prosjekter
5. Bygge- og konstruksjonslek
6. Rollelek
7. Musikk og sang
8. Eventyrstund
9. Matlaging
10. Nærmiljøaktiviteter

Kvalitetssikring

- Kan alle delta?
- Er aktiviteten trygg?
- Øker den opplevelsen av tilhørighet?
- Hvem kan bli stående utenfor?

Slik planlegger du fellesskapsfremmende aktiviteter

FFSS kan brukes som arbeidsmodell når barnehagen planlegger barnehagestart, aktiviteter, overganger og oppfølging. Modellen hjelper ansatte til å tenke helhetlig: Hva skal vi aktivt fremme? Hva skal vi forebygge? Hva skal vi stoppe? Hvem trenger støtte? [Arbeidsmodell for å fremme, forebygge, stoppe og støtte, \(FFSS\) - Omnimodellen](#)

FFSS	Spørsmål ved planlegging
Fremme	Hvordan skal vi aktivt bidra til at alle barn kan delta og få en opplevelse av å høre til?
Forebygge	Hvordan skal vi hindre at barn opplever mobbing, krenkelser eller utenforskap?
Stoppe	Hvordan skal vi håndtere nulltoleranse i praksis dersom krenkelser skjer? Hva sier vi? Hva gjør vi? Hvem følger opp?
Støtte	Hvordan skal vi hjelpe sårbare barn til å finne en positiv og trygg plass i fellesskapet?

FFSS-plan for fellesskapende aktivitet

Del	Plan
Fremme	Beskriv aktiviteten og hvordan den gir alle mulighet til å delta, mestre og bidra.
Forebygge	Beskriv organisering, grupper, plasser, arena, tidsrammer og regler som reduserer risiko.
Stoppe	Beskriv hvordan ansatte griper inn ved kommentarer, ekskludering, uro eller krenkelser, og øve på dette. Gjelder både overfor andre ansatte og barn.
Støtte	Beskriv hvordan særskilt sårbare barna forberedes, følges og skjerms ved behov.
Evaluering	Hvordan undersøker vi etterpå om barna opplevde trygghet og tilhørighet?

Fremme - Hvordan styrker vi:

- omsorg
- vennskap
- fellesskap
- deltakelse

Forebygge - Hvordan reduserer vi risiko for:

- konflikter
- utenforskap
- krenkelser

Stoppe - Hvordan skal ansatte reagere dersom krenkelser oppstår?

- gripe inn umiddelbart
- avbryte handlingen
- beskytte barn(a)
- følge opp videre

Støtte - Hvordan hjelper vi barn som trenger ekstra støtte?

- lekestøtte
- ekstra voksenkontakt
- samarbeid med foresatte
- tilrettelegging i gruppe

Risiko- og kvalitetssikring

God intensjon er ikke nok. En aktivitet som er ment å bygge fellesskap, kan for enkelte barn øke utrygghet dersom den ikke er planlagt godt. Derfor bør aktiviteter risikovurderes før de gjennomføres.

Risikofaktor	Beskyttelsesfaktor / tiltak
Uklare sosiale rammer	Gå gjennom dørstokkreglene og hva det vil si å være en god barnehagevenn.
Grupperinger og ekskludering	Bruk ansattstyrte grupper, lekegrupper og rulling.
Usikkerhet og sosialt stress	Start med lavterskel aktiviteter og små grupper.
Ingen felles referanser	Lag felles opplevelser tidlig: tur, matlaging og måltider, praktiske oppgaver.
Manglende voksenledelse	Voksne deltar, observerer, plasserer seg klokt og modellerer inkluderende atferd.
Sårbare barn blir usynlige	Avklar hvem som trenger støtte, forbered dem og følg ekstra godt med.

Aktivitetsplikt etter kapittel 8

Når ansatte får mistanke om eller kjennskap til at et barn ikke har det trygt og godt, skal de:

Følge med: Observere barnas trivsel, lek og samspill.

Gripe inn: Stoppe krenkelser når det er mulig.

Melde fra: Gi beskjed til pedagogisk leder eller styrer.

Undersøke: Finne ut hva barnet opplever.

Sette inn tiltak: Tiltakene skal hjelpe barnet tilbake til et trygt og godt miljø (Se sjekkliste for aktivitetsplan s. 18))

Evaluerer: Undersøke om tiltakene faktisk virker.

Sjekkliste for barnehagestart

Punkt	Planlagt	Gjennomført	Kommentar
Nye barn er kartlagt	☐	☐	
Oppstartsamtaler er gjennomført	☐	☐	
Tilvenning er planlagt	☐	☐	
Ansvarlige ansatte er avklart	☐	☐	
Fellesskapende aktiviteter er planlagt	☐	☐	
Risiko for utenforskap er vurdert	☐	☐	
Foreldreinformasjon er sendt ut	☐	☐	
Rutiner for kapittel 8 er kjent	☐	☐	
Evaluerer er planlagt	☐	☐	

Evaluering etter første måned

Refleksjonsspørsmål

Barna:

- Opplever barna trygghet?
- Har alle barn noen å leke med?
- Er det barn som ofte står utenfor?

Foresatte:

- Opplever foresatte god informasjon?
- Har de tillit til barnehagen?

Personalet:

- Er vi samkjørte?
- Reagerer vi tidlig nok ved bekymring?
- Hjelper vi barn inn i lek og fellesskap?

Avslutning

En trygg barnehagestart skapes ikke gjennom enkeltstående aktiviteter, men gjennom varme relasjoner, tydelige voksne og inkluderende fellesskap. Når alle ansatte arbeider systematisk for å fremme trygghet, deltakelse, medvirkning og tilhørighet, styrker vi det psykososiale barnehagemiljøet og ivaretar intensjonene i barnehageloven kapittel 8.

Kilder og grunnlag

Rammeplan for barnehagen: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>

Lov om barnehager: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>

Utdanningsdirektoratet: Barnehagemiljø <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/barnehagemiljo/>

Ingrid Lund m.fl. (2017): På vei mot en ny forståelse av mobbing i et folkehelseperspektiv. (2017). *Acta Didactica Norge*, 11(3), Art. 5, 19, sider. <https://doi.org/10.5617/adno.4691>

Omnimodellen: <www.omnimodellen.no

Omnimodellen: FFSS – fremme, forebygge, stoppe og støtte:

<https://omnimodellen.no/omnimodellen/ffss-a-bygge-et-godt-fellesskap/>

Utdanningsdirektoratet: Støttmateriell til rammeplan for barnehagen. <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/stotttemateriell-til-rammeplanen/>

Sjekkliste for aktivitetsplaner i barnehagen

oppdatert juli 2026

Ombudene forutsetter at alle vurderinger som gjøres i arbeidet med aktivitetsplaner etter Barnehagelovens kap. 8, §42 (og 43), tar utgangspunkt i rettighetene etter §41 og ei vurdering av hva som er best for barnet, kap. 2, §3.

Samarbeid, forståelse og mål med arbeidet:

- ☐ Er barn/foresatte hørt og har de fått medvirke i arbeidet med planen?
- ☐ Er barnets egen beskrivelse av et trygt og godt barnehagemiljø tatt med?
- ☐ Er både barnets opplevelse og barnehagens kartlegging, vurderinger og forståelse av situasjonen beskrevet?
- ☐ Er problemet som skal løses beskrevet på en god, tydelig og forståelig måte for alle parter?
- ☐ Er det en tydelig beskrivelse av hva barnet skal oppleve annerledes når planen har virket?
- ☐ Er det beskrevet konkrete kjennetegn på at planen virker?

Beskrivelse av tiltak som er konkrete og målbare innenfor tre områder?

Område 1: Tiltak som støtter, ivaretar, beskytter og følger opp individet/individene som ikke opplever barnehagemiljøet som trygt og godt.

Område 2: Tiltak som stopper, korrigerer, ivaretar og følger opp den/de/det som er med å skape utrygt barnehagemiljø.

Område 3: Tiltak som viser hvordan barnehagen jobber for å gjenopprette / bygge / utvikle et trygt, godt og inkluderende fellesskap for alle i gruppa.

Sjekk av tiltaks kvalitet:

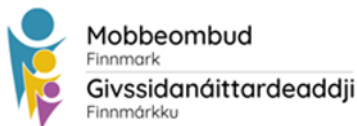
- ✓ Er det tydelig sammenheng mellom kartlegging, problemformulering, mål og tiltak?
- ✓ Er tiltakene så konkrete at alle vet hva som skal gjøres?
- ✓ Er tiltakene realistiske og gjennomførbare?

Kvalitetssikring og oppfølging:

- ☐ Er det en konkret plan som viser hvordan samarbeidet mellom barn, foresatte og barnehage skal gjennomføres?
- ☐ Er det tydelig hvem som har ansvar for de ulike delene av planen?
- ☐ Er det en tydelig plan for risikovurdering, gjennomføring, evaluering og revidering av tiltakene?
- ☐ Er det en tydelig tidsplan for de ulike delene av planen?
- ☐ Er dialogen/samarbeidet mellom barn, barnehage og hjem så god at den fremmer barnets helse, trivsel, inkludering og læring?

Sluttsjekk

Gir planen grunn til å tro at barnet vil få et tryggere og bedre barnehagemiljø? JA / KANSKJE / NEI



Mobbeombudet

Masse lykke til med en god barnehagestart og et godt barnehageår for alle barn, foresatte og ansatte!

Hilsen fra ombudene i Nord-Norge!

