

# Overganger i barnehagen



## Fredrikstadmodellen for en trygg og god oppstart

### Formål og målgruppe

**Fredrikstadmodellen** er en felles kommunal modell for arbeid med overganger i barnehagen, med særlig vekt på overgangen fra hjem til barnehage og overganger innad i barnehagen. Modellen er utviklet som et **faglig og praktisk arbeidsverktøy for ansatte i barnehagen**, og skal bidra til at alle barnehager tilbyr en trygg, forutsigbar og kvalitetsmessig god oppstart for nye barn, men mål om: *Trygge barn, trygge foreldre – en god start for alle.*

Fredrikstadmodellen bygger på forskningsbasert kunnskap om barns behov for trygghet og relasjoner, og på rammeplanens krav til kvalitet i barnehagen.

Når personalet arbeider systematisk med gode overganger, god tid til oppstart, tett foreldresamarbeid og aktiv bruk av trygghetssirkelen, legges det et solid grunnlag for barns trivsel, læring og utvikling i barnehagen.

«Trygge tilknytningsforhold er den beste livsforsikringen et barn kan ha.»  
– John Bowlby (1990)

### Hovedmål:

Å sikre en god overgang fra hjemmet til barnehagen og at barn får mulighet til å etablere trygg tilknytning til de ansatte, slik at de kan oppleve trivsel, tilhørighet og grunnlag for lek, utforsking og læring.

### Grunnleggende forståelse

#### Tilknytning og trygghet i barnehagestart – og den voksnes rolle

Tilknytning er en livsnødvendig prosess som handler om barnets behov for omsorg, beskyttelse og følelsesmessig støtte. De fleste barn har etablert trygg tilknytning til én eller flere omsorgspersoner når de begynner i barnehagen.

Barnehagens hovedoppgave i oppstartsperioden er derfor å legge til rette for at barnet kan etablere **sekundær tilknytning** til ansatte i barnehagen, gjennom relasjonell tilgjengelighet, forutsigbarhet og tid.

Forskning og teori viser at kvaliteten på relasjonen mellom barn og ansatte har avgjørende betydning for barnets emosjonelle, sosiale og kognitive utvikling, og for dets psykiske helse både på kort og lang sikt. Dette samsvarer med den autoritative voksenrollen, der varme, tydelige og relasjonsorienterte voksne skaper et miljø som fremmer trygghet, læring og positiv utvikling

## Fredrikstadmodellen – hovedelementer

Fredrikstadmodellen består av fire gjensidig avhengige hovedelementer:

1. **Gode overganger**
2. **God tid til oppstart**
3. **Foreldresamarbeid**
4. **Trygghetssirkelen som felles pedagogisk verktøy**

Disse elementene inngår i en sirkulær prosess som har som mål å skape **trygge barn og trygge foreldre**.

## Innhold i de fire elementene

### Gode overganger

For å skape sammenheng og forutsigbarhet skal barnehagen:

- Invitere nye barn og foreldre til besøksdager/lekegrupper i forkant av oppstart
- Tilrettelegge for gradvis overgang ved bytte av avdeling, med:
  - Besøk på ny avdeling sammen med kjent voksen
  - Overføringssamtale mellom pedagogiske ledere
  - Aktiv bruk av kjente voksne som trygg base
- Der det er mulig, organisere overganger i små, faste grupper

Dette er i tråd med rammeplanens føringer om at overganger skal preges av kontinuitet, trygghet og god informasjon.

### God tid til oppstart – foreldreaktiv tilvenning

Fredrikstadmodellen anbefaler:

- **Foreldreaktiv oppstart på minimum 3–5 dager** for alle aldersgrupper
- Foreldre deltar aktivt i barnets barnehagehverdag i tilvenningsperioden
- Kortere dager i en overgangsperiode etter oppstart der det er mulig
- Fleksibilitet tilpasset barnets individuelle behov

Forskning viser at en foreldreaktiv og utvidet tilvenning gir bedre forutsetninger for trygg tilknytning og lavere stress hos små barn.

## Foreldresamarbeid

Foreldrene er barnets primære tilknytningspersoner og sentrale samarbeidspartnere.

Barnehagen skal:

- Gi tidlig og tydelig informasjon om tilvenningsmodellen og foreldrenes rolle
- Tilby foreldremøte før sommeren det kalenderåret barnet skal starte i barnehagen, invitasjonen sendes til samtlige foreldre som har takket ja til plass i barnehagen – uavhengig om de skal starte i august eller senere.
- Gjennomføre oppstartsamtale, enten før oppstart eller kort tid etter oppstart
- Bruke tolk ved behov

Et godt foreldresamarbeid bidrar til trygghet, tillit og felles forståelse rundt barnets behov.

## Trygge, tydelige og støttende foreldre

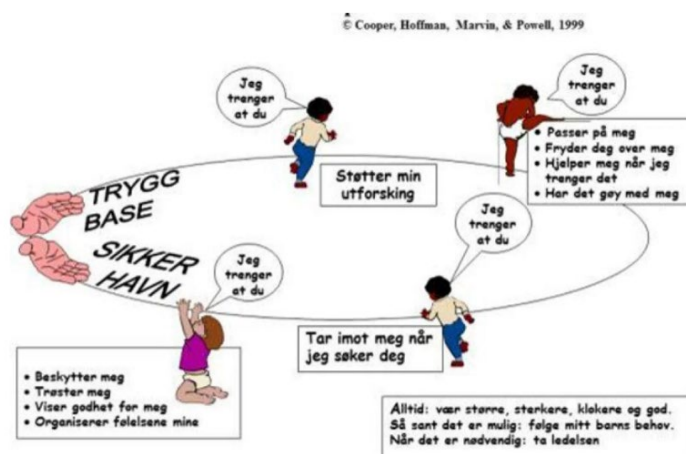
I tilvenningen er både barn og foreldre i en overgangsprosess som krever trygghet, forutsigbarhet og tydelighet. Ansatte skal møte familiene som autoritative voksne – med en kombinasjon av varme, sensitivitet og respektfulle krav – som skaper et klima der både barn og foreldre opplever seg sett, støttet og tatt på alvor. Dette styrker foreldrenes trygghet i sin rolle, noe som igjen smitter direkte over på barnet. Arbeidet med Foreldrekompasset viser at når foreldre får støtte til å være trygge, tydelige og støttende, legges det et grunnlag for positiv utvikling og det kan være med på å forebygge stress og uro hos barn.

## Trygghetssirkelen som pedagogisk verktøy

Trygghetssirkelen brukes aktivt som:

- Felles faglig referanseramme for ansatte
- Verktøy ved tilvenning i samspill med barn
- Utgangspunkt for refleksjon, veiledning og samtaler med foreldrene

Modellen synliggjør hvordan den voksne skal være både **trygg base** for utforsking og **sikker havn** ved behov for trøst og regulering.



## Faglig og juridisk forankring

Fredrikstadmodellen er forankret i:

- **Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver** (Kunnskapsdepartementet, 2017, med senere endringer), særlig kapittel 5 og 6 om samarbeid med hjemmet og overganger
- **Tilknytningsteori** (Bowlby, 1990; Broberg mfl., 2014), som vektlegger betydningen av stabile, sensitive og tilgjengelige omsorgspersoner for barns psykiske helse og utvikling
- **Trygghetssirkelen / Circle of Security**, som pedagogisk og relasjonelt rammeverk for å forstå og møte barns behov for trygghet og utforsking
- **Det autoritative rammeverk** (Baumrind, 1991 og Roland, 2021) forskningsbasert pedagogisk tilnærming der varme, støtte og tydelige forventninger skaper relasjonskvalitet som fremmer barns trygghet, trivsel og utvikling
- Forskning og praksiserfaringer knyttet til **foreldreaktiv tilvenning**, blant annet Jåttåmodellen og tilsvarende kommunale modeller

For mer inngående informasjon om bla. Den autoritative voksenrollen,

Foreldrekompasset, trygghetssirkelen og andre viktige områder, kan det ses til:

- [Fredrikstad kommune - Sammen om en god oppvekst](#)
- [Foreldrekompasset.no](#)
- [folkOm - folkOm å være forelder.](#)

## Kilder

- Kunnskapsdepartementet (2017). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*
- Broberg, M., Hagström, B. & Broberg, A. (2014). *Tilknytning i barnehagen*. Cappelen Damm
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestad, G. (2013). *Se barnet innenfra*. Gyldendal
- Roland, P. (2021) *Den autoritative voksenrollen i barnehage og skole*. Cappelen Damm Akademisk
- RBUP / Drugli, M.B. mfl. (2024–2025): Forskning på stress og tilvenning i barnehage
- Utdanningsforskning.no: *Foreldreaktiv tilvenning skaper trygge barn*