



Förskolan gynnar barns psykiska hälsa

Förskola med den utformning som finns i de nordiska länderna har positiva effekter på barns psykiska hälsa och utveckling. Goda rutiner vid övergång mellan förskola och skola och kompetensutveckling av personal är viktiga aspekter när det gäller förskolans utformning, med effekter på barnens psykiska hälsa och kognitiva utveckling. Det visar en litteraturöversikt från Folkhälsomyndigheten och Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES).

År 2015 gick 76 procent av alla barn i åldrarna 1–3 år i förskolan, och hela 94 procent av barnen i åldrarna 4–5 år. Folkhälsomyndigheten och CES har undersökt hur förskolan påverkar barns psykiska hälsa och kognitiva utveckling, genom en systematisk översikt av vetenskaplig litteratur i två delar. Den första delen gäller förskolans samlade effekter medan den andra undersöker olika aspekter av förskolan: personalens grundutbildning och kompetensutveckling, personaltätheten och rutiner för övergången från förskola och skola.

Förskolan har positiva effekter på barns psykiska hälsa och utveckling

Den första delen av litteraturöversikten undersöker förskolans samlade effekter på barns psykiska hälsa och utveckling, och den visar att förskolan har en positiv inverkan. Barn som gått i förskola har lägre förekomst av psykiska problem och får bättre skolresultat i språk och matematik. I vuxen ålder har de högre utbildningsnivå och en högre inkomst än barn som inte gått i förskola.

En bra övergång mellan förskola och skola är viktig

För en del barn och familjer är övergången till skolan en stor utmaning som kan orsaka stress, oro och otrygghet. Sådana reaktioner under inskolningstiden innebär en risk för svårigheter i skolan och sociala problem senare under uppväxten. En lyckad övergång kan dock göra att barnen trivs bättre i skolan. Den andra delen av litteraturöversikten gäller fyra olika aspekter av förskolans utformning,

FÖRSKOLANS PÅVERKAN PÅ BARNS HÄLSA

Resultaten i det här faktabladet kommer från rapporten "Förskolans påverkan på barns hälsa" och berör endast barns psykiska hälsa och utveckling. I rapporten inkluderas fler aspekter, exempelvis infektionssjukdomar.

Rapporten finns tillgänglig på www.folkhalsomyndigheten.se, ces.sll.se och folkhalsoguiden.se

och den visar att rutiner för övergången från förskola till skola har positiva effekter på barns psykiska hälsa och utveckling. Rutinerna kan till exempel innebära att barn och föräldrar besöker skolan före skolstarten eller att barnen får tillbringa tid i klassrummet innan terminen börjar. Skolverket har rekommendationer för sådana rutiner, men det verkar variera om skolorna har några och hur de i så fall ser ut. Förskolor och skolor kan därför behöva utvärdera sina insatser för att garantera barnen en bra övergång och sedan upprätta rutiner för denna övergång, så att alla barn får samma chanser till en god skolstart.

Kompetensutveckling har positiva effekter

Litteraturöversikten visar även att kompetensutveckling av personalen har positiva effekter på barnens psykiska hälsa och kognitiva och sociala utveckling. Det är dock svårt att säga exakt vilken typ av kompetensutveckling som är mest effektiv eftersom de inkluderade studierna omfattar många olika insatser. De flesta var dock inriktade på att ge deltagarna specifika kunskaper och färdigheter. Vissa studier visar särskilt goda resultat när personalen får lära sig att analysera sitt dagliga arbete för att kunna förbättra barns lärande och psykosociala utveckling.

Grundutbildning är viktigt men personaltäthet har oklar betydelse

Enligt Skolverkets statistik saknar en av fyra anställda inom förskolan helt utbildning för att arbeta med barn. Litteraturöversikten visar dock att personalens

grundutbildning har betydelse, och en högre andel personal med utbildning motsvarande förskollärarexamen har positiva effekter på barnens kognitiva och sociala utveckling. Effekterna är små men genomgående positiva. Däremot är det oklart hur en ökad personaltäthet påverkar barns psykiska hälsa och kognitiva utveckling, eftersom det vetenskapliga underlaget är otillräckligt.

Metod

Studien är en systematisk litteraturöversikt i två delar. Den första behandlar naturliga experiment som genomförts i något av de nordiska länderna. I studierna jämförs barn som gått i förskola med barn som inte gått i förskola (enbart tillbringat tid i det egna hemmet, eller hos dagbarnvårdare), alternativt börjat förskola vid senare tillfälle. Studietypen naturligt experiment innebär att de båda grupperna är jämförbara. Det är alltså inte barnens eller familjernas egenskaper som styr ifall barnen går i förskola eller inte. Den andra delen inkluderar även utomnordiska studier av barn som har gått i förskolan. I den ingår randomiserade kontrollerade studier och longitudinella observationsstudier.

I båda fallen gjordes systematiska litteratursökningar i olika litteraturdatabaser. Inklusionskriterier sattes upp och de inkluderade studierna har granskats kritiskt med avseende på vetenskaplig kvalitet. Mer information om detta hittar du i rapporten "Förskolans påverkan på barns hälsa".



Folkhälsomyndigheten