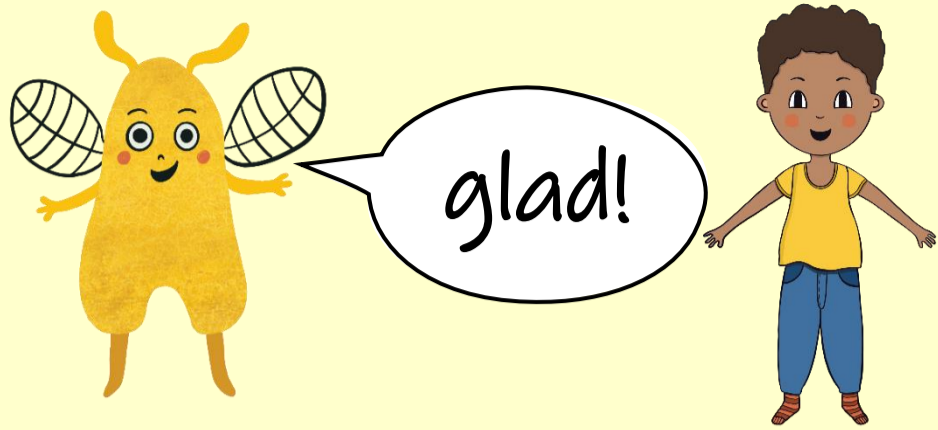
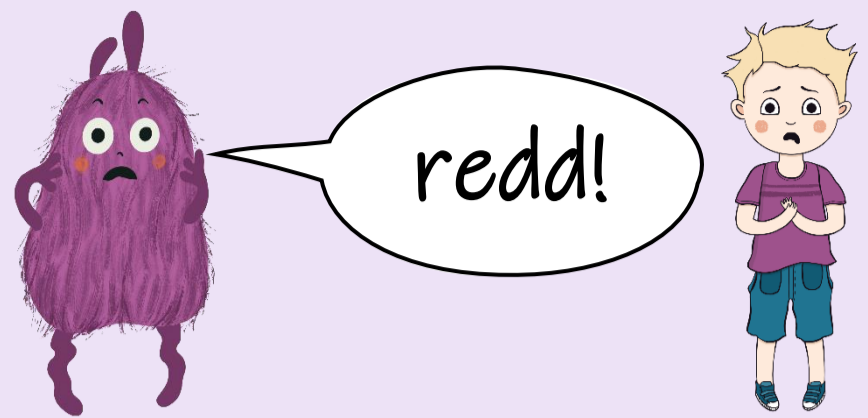


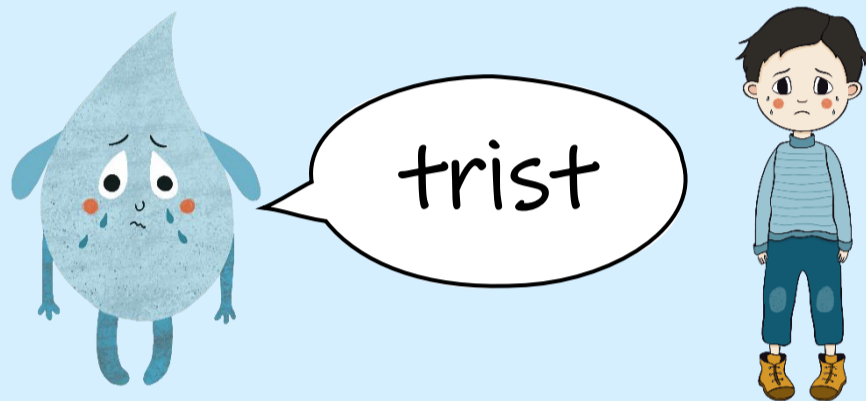
Bli med inn i barna sine følelsar



- Følelsen seier til barnet at dette er bra!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har det bra, at det har glede å dele med deg, og at du gjerne kan smile og le med dei.



- Følelsen seier til barnet at dette er farleg eller skummelt!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet ikkje er trygg. Ver nær, og vis barnet at du prøver å forstå, og gi hjelp og støtte til å finne ut av situasjonen i barnet sitt tempo.



- Følelsen seier til barnet at det har mista noko viktig!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet treng at du gir omsorg og blir med inn i følelsen litt. Vis at du forstår følelsen, og gi hjelp til å kome vidare.



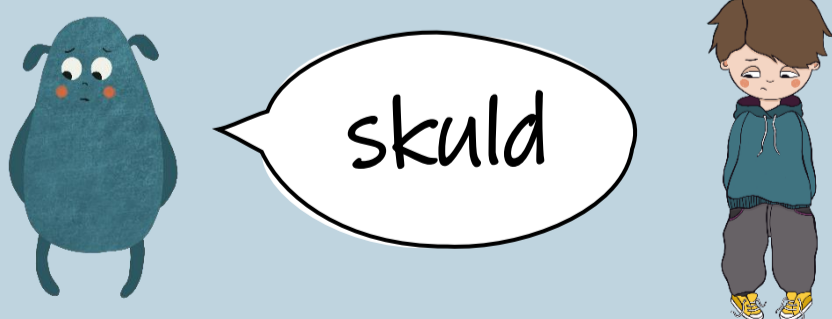
- Følelsen seier til barnet at dette ikkje er greitt!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har behov for å sette grenser. Barnet treng at du er roleg, lyttar og viser forståing. Husk at du kan validere følelsen utan å validere handlinga. Når barnet er roleg nok, hjelper du barnet å kome ut av situasjonen på ein ivaretakande og god måte.



- Følelsen seier til barnet at dette er gøy og viktig!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet er i flyt-sona og gjerne kan få vere i den ei stund. Vis gjerne interesse! Og kanskje vil du bli med?



- Følelsen seier til barnet at det er trygt og godt no!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har det bra. Kanskje vil de dele denne roa saman? Eller kanskje kan du bekrefte den med eit smil og eit nikk?



- Følelsen seier til barnet at det har gjort noko dumt som det bør ordne opp i!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet er klar over kva det har gjort, men kan trenge hjelp til å ordne opp på ein god måte. Vis at du forstår følelsen barnet har, og sørg for at barnet forstår at vi er like verdifulle sjølv om vi gjer dumme ting av og til.



- Følelsen seier til barnet at noko er feil med dei!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet er i ein veldig vanskeleg situasjon og treng omsorg, kjærleik, støtte og hjelp til å forstå at barnet er god nok slik det er. Skam gjer veldig vondt og fører ikkje med seg noko godt.