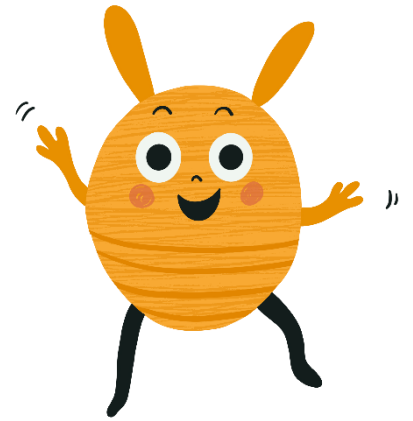


## Introduser følelsen iver:

- Sei hei til Iver!  
(Alle får sjå og «helse på» teikninga av Iver).
- Iver er ein følelse (Iver kan også vere eit gutenamn). Ein herleg følelse. Vi kan sjå at han kjenner iver fordi han smilar med store auge, viftar med armene og nesten hoppar med kroppen. Iver syns ofte det er veldig spennande å halde på med det han liker, og han syns det er kjempegøy å fortelje om det til andre. Av og til klarer ikkje iver å sitte stille fordi den syns noko er så gøy eller spanande. Andre gongar er kroppen til iver rolegare, medan det liksom boblar inni kroppen.
- Har nokon her kjent følelsen iver inni seg?  
(Rekk opp handa sjølv også). Ja dei fleste av oss har nok kjent på dette.
- Vil nokon fortelje om ein gong du kjente iver?  
(Vurder kor mange og kor lenge barna kan få prate om dette, og hjelp dei å trekke ut essensen av historiene: – du heldt på med eit legoprojekt som blei kjempebra? Da blir vi ivrige ja. / Du og vennane dine lagde teppeborg og hadde det kjempegøy? Ja da kan vi kjenne iver. / Du var med på tur i skogen og så visste du at det kom ei overrasking når de kom fram?)
- Når vi kjenner følelsar inni oss, sånn som iver, prøver dei å fortelje oss noko viktig. Noko som kan hjelpe oss til å ha det så bra som mogleg. Følelsen iver er god på å legge merke til det som er bra for oss. Han seier «Ja!! Dette er kjempegøy, fortsett med dette!»
- Følelsane våre kan også fortelje oss kva vi treng for å ha det bra. Følelsen iver fortel oss at vi bør halde fram med det vi likar og får til.



## Neste gang de snakkar om følelsen:

- Kva følelse er dette?
- Korleis ser vi at følelsen er iver?
- Korleis kan det kjennast i kroppen når vi kjenner iver?  
(Kanskje blir vi liksom litt lette i kroppen, kanskje vi vil hoppe, dansar eller spring litt? Av og til kan vi føle iver, men likevel vere rolege og lette i kroppen samtidig. Som regel er vi glade når vi føler iver).
- Kva treng vi når vi kjenner iver då? Kva synes du gjer godt når kjenner iver?