

Følelsar er til for å følast - validering

Det du viser på skjermen:	Handling
Opne sida	Introduser måten å jobbe på: Vi skal ha ei lita temaøkt frå Livet&Sånn. Vi skal sjå ein film og de skal få snakke saman i smågrupper. Filmene og opplegget er laga av psykologar og barnevernspedagog, ein kompetanse som supplerer den vi har i barnehagen. Vi brukar dette saman, men eg har ikkje rolla som ekspert eller foredragshaldar.
	Vis filmen Følelsar er til for å følast (validering) - YouTube
	Skriv ut ark og klipp dei eventuelt opp til eitt kort pr følelse. La alle øve ei stund og reflekter gjerne litt saman til slutt: Korleis var dette? Er dette slik vi møter følelsane i kvardagen?
Felles refleksjon: er det noko av dette vi tenker vi bør følgje opp? Korleis?	
Grå boks øvst – lær meir om dette	Vis at dei kan gå inn på denne og finne tips til kvar dei kan lære meir om temaet.