



Skyld

- **Se på denne gutten her, hvilken følelse tror dere han har?**

Han kjenner skyld. Akkurat som den figuren.



- **Hva tror dere har skjedd som gjorde at han kjenner skyld?**
(Oppmuntre barna til å komme med historier eller forklaringer. Hjelp til ved behov). Når vi føler skyld er det ofte fordi vi har gjort noe vi ikke hadde lov til, eller noe som ble dumt for noen andre. Kanskje gutten har sagt noe litt dumt til et annet barn i barnehagen? Eller ødelagt noe? Kanskje har han tatt noe som ikke var lov å ta?
- **Hva tror dere gutten har lyst til nå?**
(La barna komme med forslag, men hjelp til ved behov). Kanskje han har lyst til å bli venner igjen? Eller kanskje leke med noe helt annet? Eller kanskje han har lyst til å si unnskyld?
- **Hva tror dere de voksne i barnehagen kan gjøre for at gutten kan synes at det går bra å føle skyld, eller føle mindre skyld?**
De voksne i barnehagen kan for eksempel gå bort til gutten og spørre hva han tenker på, eller om hva som har skjedd. De kan si at de forstår at han har det leit/dumt, og spørre hva som kan gjøre det bedre for ham. Kanskje kan den voksne hjelpe til med å bli venner igjen? Eller hjelpe barnet med å reparere det som har blitt dumt? Hva mer synes dere de voksne skal gjøre når et barn har det sånn?

Til de eldste barna:

- **Hva tror dere han tenker på?**
(La barna komme med eksempel, hjelp til ved behov). Kanskje tankene hans tenker om igjen og om igjen over det han har gjort? Kanskje lurte han på om noen kommer til å bli sint på ham? Eller han angrer på det han gjorde? Når vi har skyldfølelse får vi ofte tanker som gjør at vi får det enda verre.
- **Finnes det ulike måter å ha skyldfølelse på?**
(Noen vil kanskje gråte litt, andre gjør ikke det. Noen vil kanskje gjemme seg, andre vil kanskje få en klem eller trøst. Det er lov å ha følelser på forskjellige måter, vi er alle litt ulike, og det er fint.