



# Dele glede

## Kva skjer på bildet?

Her er det mange glade ansikt! Både barn og vaksne. Når ein føler seg glad, kan det vere fint at andre ser det og er glade saman med oss. Då kjennes det trygt og godt å vere glad. Av og til kan vaksne bli med i leiken, andre gongar kan det vere fint at den vaksne smiler og spør om kva som er gøy, men lar barna få leike for seg sjølv.

## Sjå på dei 8 følelse-barna: kven av desse kan dele glede med andre?

- Kva med han, eller ho der?
- Kanskje guten som smiler og er glad, eller ho som rekk opp handa og er ivrig?
- Eller kva med ho som ser heilt roleg ut?
- Og kanskje nokon av dei andre kan få litt av gleda til han som er glad?

## For dei vaksne: Kvifor det kan hjelpe å dele glede

Det vi gir merksemd til får vi meir av, er det noko som heiter. Det er mykje rett i det. Vi vaksne har ofte mykje på agendaen, ting vi skal rekke, mange å hjelpe. Då er det fort gjort å gløyme å gi merksemd til dei barna som tydeleg er glade og fornøgde i leiken sin, eller barnet som meistrar det det gjer på.

Når vi likevel kjem på det, og finn anledning til å bli med inn i barna sin glede, forsterkar det relasjonane våre til barna. Og det kan forlenge den gode stunda barna har med det dei gjer. Alle desse delte gode erfaringane kan kome godt med seinare.