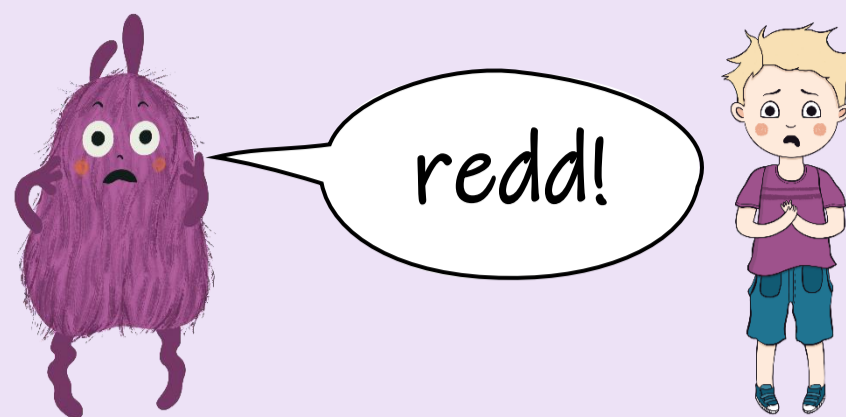


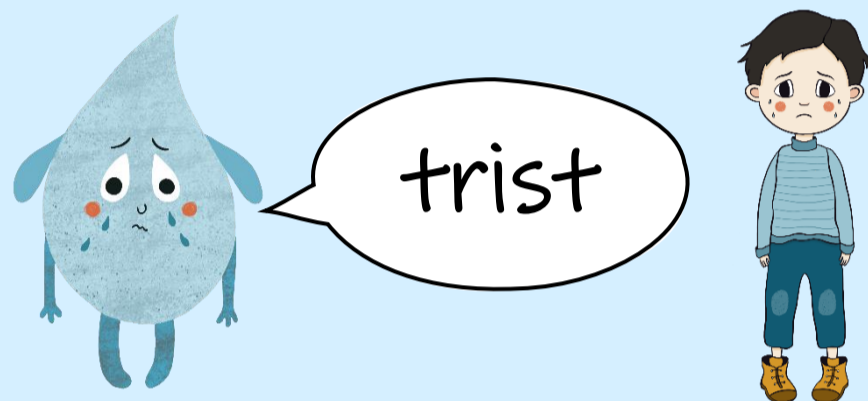
Bli med inn i barna sine følelser



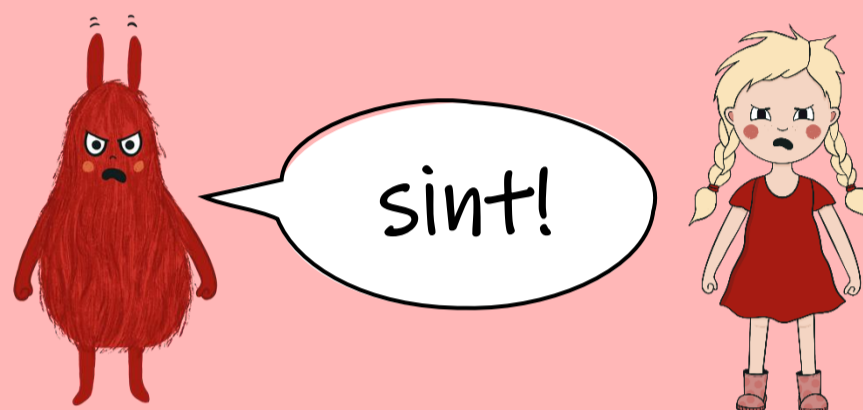
- Følelsen sier til barnet at dette er bra!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har det bra, at det har glede å dele med deg, og at du gjerne kan smile og le med barnet.



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



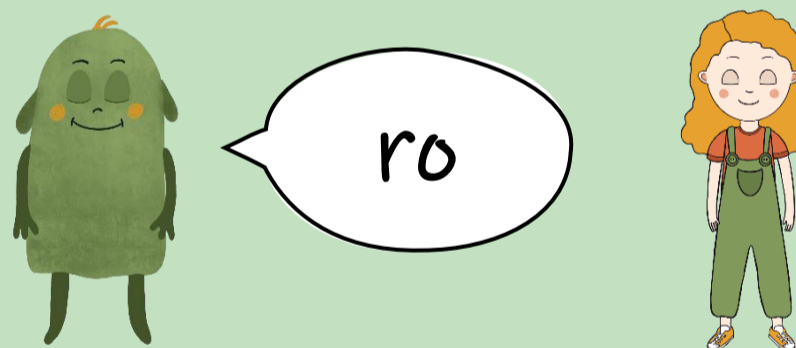
- Følelsen sier til barnet at det har mistet noe viktig!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet trenger at du gir omsorg og blir med inn i følelsen litt. Vis at du forstår følelsen, og gi hjelp til å komme videre.



- Følelsen sier til barnet at dette ikke er greit!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har behov for å sette grenser. Barnet trenger at du er rolig, lytter og viser forståelse. Husk at du kan validere følelsen uten å validere handlingen. Når barnet er rolig nok, hjelper du barnet å komme ut av situasjonen på en ivaretagende og god måte.



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



- Følelsen sier til barnet at det er trygt og godt nå!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet har det bra. Kanskje vil dere dele denne roen sammen? Eller kanskje kan du bekrefte den med et smil og et nikk?



- Følelsen sier til barnet at det har gjort noe dumt som det bør ordne opp i!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet er klar over hva det har gjort, men kan trenge hjelp til å ordne opp på en god måte. Vis at du forstår følelsen barnet har, og sørg for at barnet forstår at vi er like verdifulle selv om vi gjør dumme ting av og til.



- Følelsen sier til barnet at noe er feil med barnet!
- Barnet sitt uttrykk viser deg at barnet er i en veldig vanskelig situasjon og trenger omsorg, kjærlighet, støtte og hjelp til å forstå at barnet er god nok som det er. Skam gjør veldig vondt og fører ikke med seg noe godt.