



Övning: Fundera på framgångar och utvecklingsmål

Mål

Du uppfattar vad som varit lyckat i ert samspel och vad som bör utvecklas.

Anvisning

Gör denna övning varje dag i fem dagar. Det tar 5–10 minuter att slutföra övningen.

Läs frågorna nedan. Fundera på svaren antingen för dig själv eller skriv dem i rutorna nedan.

Reflektera över vad som lyckades i ert samspel idag. Fundera därefter på vad som inte lyckades idag. Varför lyckades det inte?

Var kontakten mellan dig och ditt barn bra? Var ditt eller barnets vakenhetstillstånd bra?

Att observera

Pröva samma sak imorgon, och gör något annorlunda! Håll till exempel er lekstund vid en annan tid på dagen, då du och barnet har mera energi. Du kan också förbereda barnet för den gemensamma stunden i god tid eller låta barnet välja i enlighet med sin åldersnivå. Barnet kan till exempel besluta i vilken ordning lekarna leks eller välja en lek bland några alternativ.