



Hur avslappnat är barnet?

Mål

Du lär dig att känna igen hur avslappnat eller nervöst ditt barn är i olika vardagliga situationer.

Anvisning

Skriv ner olika vardagliga situationer där du är med ditt barn eller där du kan observera hen. Observera hur ditt barn rör sig och agerar.

Hur avslappnat är barnet? Exempel:	Stel, är stilla, deltar inte alls	Stilla och uttryckslös, spänd, rör sig långsammare än vanligt	Uttryckslös, men rör sig ganska normalt	Rastlös, rör sig mer än vanligt	Avslappnad, uttrycksfull
Hemma, när endast familjemedlemmar är närvarande					
I butiken tillsammans med en förälder					
När hen utövar en hobby					
När en kompis hälsar på					
När en mor- eller farförälder hälsar på					
När halvsystemen eller halvbrodern är hemma					
På daghems- eller skolgården					
Inne i daghemmet eller skolan tillsammans med en förälder					
Gör upp en lista på personer, platser och situationer som återkommer i vardagen och som är viktiga för barnet					