



Arki ja tunteet

Miten toimia lapsen tunnekuohujen kanssa.

◀◀ ENNEN

- Perustarpeet: nälkä, väsymys, läheisyys, tunnetila
- Ennakointi, kirjoita, piirrä, näytä kuva: helpotat tilanteen hahmottamista
- Taukojen mahdollistaminen
- Lapsen kuuleminen, valinnan mahdollistaminen
- Priorisoi: mihin tarttua, minkä voi jättää huomiotta?



AIKANA

- Itsensä rauhoittaminen
- Lapsen tunteen salliminen, tilan antaminen
- Lyhyet lauseet
- Apu: fyysinen tai sanallinen, näyttäminen
- Vaihtoehtoiset tavat purkaa tunteita
- Syli, turvan tarjoaminen



JÄLKEEN

- Kehu säätely-yrityksistä
- Sanallistaminen
- Ratkaisuvaihtoehtojen pohdinta ja miten siirytään eteenpäin.
- Hyväksyvä ilmapiiri: Olet hyvä sellaisena kuin olet