

Nyttige DEN ENE-tips

DU ER VIKTIGERE ENN DU TROR. Du trenger verken erfaring eller kunnskap for å være Den ene betydningsfulle voksne for et barn som strever. Men du trenger raushet til å se bakenfor den utagerende gutten eller den stille, innesluttete jenta. Og du trenger mot til å bry deg. Barn som er vanskelige, har det ofte vanskelig. Alle voksne er rollemodeller både for egne og andres barn. Nedenfor kan du lese noen nyttige tips om hva som skal til for å være Den ene.



SE Å bli lagt merke til og husket føles verdifullt. Hils, ha blikkontakt og bruk barnets navn.

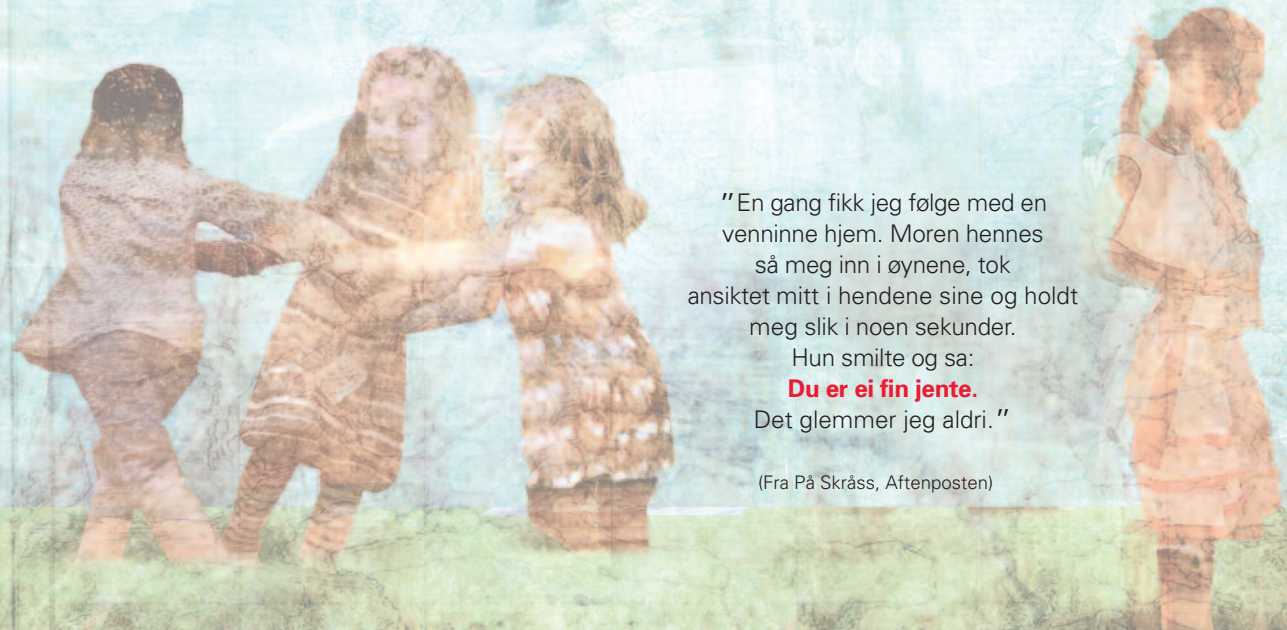
LYTT Lytt til hva barnet forteller deg og anerkjenn barnets opplevelse uten å avbryte eller korrigere.

GI Å gi handler om å være inkluderende. Selv i en hektisk hverdag er det mulig å gjøre plass til en til.

FORSTÅ Vis interesse. En forståelsesfull voksen tør å spørre hvordan et barn har det – og tåler svaret.

SETT GRENSE

Barn blir trygge når voksne er trygge og tydelige. Vis omsorg gjennom grensesetting.

An illustration of three children in a field. Two children are in the foreground, one with long blonde hair and one with dark hair, both wearing patterned dresses. They appear to be talking or playing. In the background, another child with dark hair is standing, also in a patterned dress. The scene is set in a grassy field with a soft, painterly style.

“En gang fikk jeg følge med en venninne hjem. Moren hennes så meg inn i øynene, tok ansiktet mitt i hendene sine og holdt meg slik i noen sekunder. Hun smilte og sa:
Du er ei fin jente.
Det glemmer jeg aldri.”

(Fra På Skråss, Aftenposten)

Mer informasjon og utfyllende Den ene-tips finner du på denene.no