Tuning in to kids

Emosjonskompetanse:

- Identifiserer og forstår egne følelser
- Bruker følelser til å navigere i sosiale interaksjoner
- Bruker emosjonell bevissthet til å veilede i problemløsning
- Håndterer frustrasjon og er i stand til å vente på det man vil ha
- Forhindrer at stress og uro overvelder evnen til å tenke klart
- Har kontroll over hvordan og når man uttrykker følelser

Emosjonsveiledning:

- Er bevisst barnets følelser
- Er tilstede
- Oppretter kontakt med barnet
- Viser forståelse og aksept for barns følelser (bruk kroppsspråk, pust, tone og evt ord)
- «Går inn i følelsen»/ navngir følelsen
- Hvis nødvendig, hjelper og støtter barnet i problemløsningen (trøst, pek ut en retning, assister, sett grenser).

barnehagene