

## ATT LYSSNA OCH ATT BEMÖTA

Hur visar jag åt mitt barn att jag lyssnar?

Hur svarar jag på barnets behov?

## ATT SE STYRKOR

Hurdana styrkor har mitt barn?

Hurdana styrkor har jag som förälder?

Hurdana styrkor har vi som familj?

Hur visar vi respekt åt varandra?

## EN VARDAG SOM FUNGERAR

Hurdana saker stöder vår vardag och vårt välbefinnande?

Vad ger oss välmående och välbefinnande?

Vilka andra roller har jag i min vardag, förutom att jag är förälder?

## KÄRLEK OCH KÄNSLOFÄRDIGHETER

Hur uttrycker jag värme och acceptans till barnet?

Vilka känslor får man visa i vår familj?

Hur hjälper jag mitt barn att hantera olika känslor?

## TRYGGHET OCH GRÄNSER

Hur skapar jag en känsla av trygghet åt mitt barn?

Hurdana gränser behöver mitt barn?

Hur stärker jag mitt barns positiva beteende?

# EN VÄLMÅENDE BARNFAMILJ