

BEMÖTANDE NÄRVARO OCH KÄRLEK

Lek

TRYGGA  
VUXNA

VILJA

SOCIAL  
KOMPETENS

BARNETS PSYKISKA  
VÄLBEFINNANDE  
BARNETS  
UTVECKLING

Känslor

KRIS OCH  
KRISHANTERING

SJÄLVKÄNSLA

VARDAGS-  
RYTMEN

MÅ BRA-  
SNURRAN

mieli

Föreningen för  
Mental Hälsa i Finland

MIELENTERVEYSSEURA.FI

# MÅ BRA-SNURRAN

Verktøget Må bra-snurrans hjälper de vuxna att identifiera faktorer som stärker barnets psykiska hälsa. ”Barnets utveckling” i mitten av snurrans påminner den vuxna om att barnet har rätt att vara en ofullständig person som ännu lär sig saker. Barnet behöver den vuxnas bemötande, närvaro och kärlek. För att ett barn ska utvecklas på ett positivt sätt är det viktigt att man identifierar och stödjer barnets resurser. Genom att på ett positivt sätt identifiera barnets styrkor stödjer man utvecklingen av en positiv självbild och en inställning till livet som bygger på resurser.

## Att fundera på tillsammans med barnen:

- Hur vet man att en vuxen lyssnar?
- Vad är roligt att göra tillsammans med en vuxen?

## Att diskutera med föräldrarna:

- Vilka tankar väcker snurrans olika delar?
- Hur bemöter du barnet efter en arbetsdag?
- Hur kan jag vara till hjälp?
- Vilka tankar väcker snurrans?
- Vilka av snurrans delar skulle du vilja diskutera?
- Hur visar ni kärlek och ömhet mot era barn?
- Vilka glädjeämnen hittar du i dag?
- Vad skulle du önska när det gäller snurrans olika delar?

## Som yrkesperson:

- Hur bemöter du barnen?
- Hur är du närvarande för barnen?
- Vad tycker du är bra med ditt sätt att bemöta föräldrar och barn?
- Vilka är lättare och vilka är svårare att bemöta?
- Hur tar du upp saker och ting till diskussion?
- Vilka utmaningar som gäller bemötande ser du i ditt

eget  
sätt att interagera?

- Vilka känslor förknippas du med trevliga möten i ditt arbete?
- Vilka känslor förknippas du med utmanande möten i ditt arbete?
- Vilka betydelsefulla möten har du upplevt under livets gång? Dra dig till minnes ett viktigt möte:
  - i barndomen
  - i ungdomen
  - i vuxenlivet
  - i din nuvarande arbetsgemenskap
  - under din fritid
  - tillsammans med familjen
- Vilka element av positivt bemötande finns i din egen arbetsgemenskap?
- Hur kan du skapa situationer som möjliggör möten med barn, arbetskamrater eller föräldrar på din arbetsplats?
- Hur syns snurrans olika delar i ditt arbete?
- Hur kunde du stärka de delar som du tidigare inte har fokuserat så mycket på?

## ÖVNINGAR

Hur skulle du använda Må bra-snurrans i ditt arbete?

Hur förverkligas snurrans olika delar i det dagliga arbetet med barnen på ert daghem?

Hur förverkligas snurrans olika delar i årsplanen på ert daghem?

Läs om årscykeln för psykisk hälsa i boken Barnets sinne.

Hur placerar du Må bra-snurrans olika delar i daghemets årscykel för psykisk hälsa?

Vilka teman vill du lyfta fram i arbetet på ditt daghem under året?