



TRYGGGA VUXNA

TRYGGA VUXNA

Verktyget Trygga vuxna påminner om vikten av olika människorelationer i barns och familjers liv. Varje barn behöver omsorg, uppskattning och trygghet. Vuxna kan påverka barns psykiska hälsa på ett positivt sätt. Varje vuxen kan också vara en trygg vuxen. Redan en trygg relation till en annan människa kan vara en viktig skyddsfaktor för ett barns psykiska hälsa. En hurdan trygg vuxen är du?

Att fundera på tillsammans med barnen:

- Vad ser du på bilden?
- Vilka finns i ditt träd?
- Vem är viktig för dig?
- Vem pratar du med om du är glad?
- Vem pratar du med om du är ledsen?
- Vilka vuxna tycker du om att vara med?
- Vem kan du berätta hemligheter för?
- Vem lyssnar på dig?
- Vem ber du om råd om du funderar över något?
- Hurdana vuxna är det lätt att prata med?

Med föräldrarna:

- Ett hurdant skydds nät har ni?
- Känner ni att ni behöver hjälp i er vardag?
- Hur kunde ni stärka ert skydds nät?
- Hurdan hjälp får ni av släktingar eller vänner? Och mor- och farföräldrarna?
- Har du lärt känna andra föräldrar?
- Känner du dig ensam?

Som yrkesperson:

- Hur uppmuntrar du föräldrarna att utvidga familjens skydds nät?
- Hur hjälper arbetsgemenskapen dig att orka med arbetet?
- Hur upprätthåller du ditt eget skydds nät?

ÖVNINGAR

Ett skepp kommer lastat

Ett skepp kommer lastat med trygga vuxna. Barnen sitter i en ring och rullar en boll mellan sig. Varje barn nämner en trygg vuxen eller sak som han eller hon vill ta med sig på resan.

Syfte: Hjälpa barnen att fundera på vem och vad som hör till deras skydds nät samt stärka gemenskapen i barngruppen.

Affisch med trygga vuxna

Be barnen ta med fotografier av människor och saker som är viktiga för dem. Sammanställ en affisch för varje barn av alla de viktiga och trygga bilder som barnet tagit med.

Syfte: De viktiga fotografierna ger barnen trygghet under dagen.

Äppelträdet

Man gör ett träd som man sätter upp på väggen. Varje barn har en egen gren och på trädet växer röda äpplen. På äpplena får barnen rita bilder av vuxna som är viktiga för dem, och den vuxna namnger äpplena enligt barnens anvisningar. De färdiga äpplena fästs på trädet.

Syfte: Att hjälpa barnen att identifiera och namnge de vuxna som är viktiga för dem. Att få föräldrarna att fundera på hurdana skydds nät de erbjuder sina barn.