# Princip 9 Två steg fram och ett steg tillbaka



# Anknytning gör att vi kan lita på relationen även under stormiga perioder. Motgångar är ofta en möjlighet att lära.

#

#

Förra veckan…



I dag:



Agenda

* Genomgång av alla tidigare principer
* Princip 9
* Utvärdering och feedback
* Ta avsked av varandra

##

# Gå i genom alla tidigare principer, se förslag i manualen på hur ni kan göra det.

Princip 9

* Förändring är
* Svår, det går långsamt och är ofta som en guppig väg.
* Bakslag är svåra för att vi ser det som
* ett bevis för att vi misslyckats
* känner oss nedslagna och känner för att ge upp
* ifrågasätter vår förmåga och om våra relationer klarar det
* De flesta av oss reagerar automatiskt på bakslag
* Bakslag är en naturlig del av förändring

Dags för rollspel!

1. Tryck på” **Video**” knappen för att avsluta videoläget för dig själv



# Rollspel 1



Tänk på alla principer som du lärt dig under tiden du tittar på rollspelet.



Sätt på din video igen

Kunde du se och höra rollspelet bra??

Rollspel F1: Vad tänkte och kände barnet?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel F2: Vilka behov uttryckte barnet?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel F3: Vad tänkte och kände föräldern?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel F4: Vad föräldern medveten om barnets anknytningsbehov?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel F5: Hur påverkade förälderns reaktion barnets känslor och tankar?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel F6: Vad gjorde det här med relationen mellan barnet och föräldern?

|  |
| --- |
|  |

R1: Hur kunde föräldern ha gjort annorlunda, tänk på alla principer som vi har diskuterat

|  |
| --- |
|  |

# Rollspel 2



# Förbered er för rollspel

1. Tryck på” **Video**” knappen för att avsluta videoläget för dig själv



Sätt på din video igen

Kunde du se och höra rollspelet bra??

R 2-1: Hur kan vi använda principerna för att reda ut det som hände, reparera relationen och fortsätta framåt tillsammans?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel 2-2: Om barnet uttryckte sin frustration på ett aggressivt sätt, kan föräldern ta upp det med barnet och säga att det inte är ok? Hur?

Rollspel 2-3: Hur skulle förälderns ickeverbala kommunikation kunna se ut när hen försöker reparera relationen?

|  |
| --- |
|  |

# Förbered er för rollspel

# Rollspel 3



1. Tryck på” **Video**” knappen för att avsluta videoläget för dig själv

Sätt på din video igen

 

Kunde du se och höra rollspelet bra??

Rollspel 3-1: Vad tänkte och kände barnet?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel 3-2: Vilka anknytningsbehov hade barnet?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel 3–3: Vad tänkte och kände föräldern?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel 3-4: Kunde föräldern se barnets behov?

|  |
| --- |
|  |

Rollspel 3-5: Hur påverkades barnets tankar och känslor av förälderns reaktion?

|  |
| --- |
|  |
|  |

Rollspel 3-6: Hur påverkade det relationen?

* Att se möjligheter vid bakslag är lättare om:
* Vi accepterar att förändring tar tid
* Ser bakslag som en del av förändring
* Det hjälper våra barn/tonåringar att veta
* att vår relation kommer att klara ett bakslag
* att det är möjligt att reparera och försonas i relationer

#

# Ta hem budskap

* Bakslag är en naturlig del av förändring
* Bakslag ska se som en möjlighet för utveckling i våra relationer
* Lita på att relationer bär även genom svårare perioder
* Principerna som du har lärt dig finns nu i din verktygslåda