

## Emotionell vägledning

Enl. John Gottman



1. Uppmärksamma barnets känsla
2. Låt barnets känsla bli ett tillfälle till närhet och vägledning (utveckling av anknytning)
3. Lyssna igenkännande och bekräfta barnets känslor (utveckling av känslor)
4. Hjälp barnet att sätta ord på sina känslor (utveckling av känslor)
5. Sätt gränser och hjälp barnet att hitta lösningar på problemet (utveckling av samspel och problemlösning)

(John Gottman 1999)