



Harjoitus: Pohdi onnistumisia ja kehittämisen kohtia

Tavoite:

Hahmotat, mikä on vuorovaikutuksessanne ollut onnistunutta ja mitä kannattaisi kehittää.

Ohje:

Tee tämä harjoitus päivittäin viiden päivän ajan. Aikaa harjoituksen tekemiseen menee 5–10 minuuttia.

Lue alta löytyvät kysymykset. Pohdi vastauksia joko mielessäsi tai kirjoittaen ne alta löytyviin ruutuihin.

Pohdi, mikä vuorovaikutuksessanne onnistui tänään. Sen jälkeen pohdi, mikä ei onnistunut tai sujunut tänään. Miksi se ei sujunut?

Oliko sinun ja lapsesi yhteys hyvä? Oliko sinun tai lapsesi vireystila hyvä?

Huomioitavaa:

Kokeile huomenna samaa, ja tee silloin jotain toisin! Pitäkää leikkihetki esimerkiksi eri aikaan päivästä, jolloin vireystila on toisenlainen. Voit myös ennakoida yhteistä hetkeä hyvissä ajoin lapselle tai antaa lapsen tehdä valintoja ikätasonsa mukaisesti. Lapsi voi esimerkiksi päättää leikkien järjestyksestä tai valita leikki muutamasta hänelle esitetystä vaihtoehdosta.