

Reflektionskort 3: Mitt barn

Introduktion:

Det kan ibland vara bra att reflektera (titta och fundera) ur barnets perspektiv. På så vis kanske du upptäcker något nytt om dig själv och ditt/dina barn.

Genom de frågor och frågeställningar som du hittar här kan du reflektera med dig själv, gruppen eller din partner.

Mål med denna träff:

Att sätta fokus på ditt barn.

Återkoppling från förra träffen:

Vad fick du med dig från förra träffen?

Finns det något du ännu vill diskutera?

Att lära känna sitt barn

Då du blir förälder får du lära känna en helt ny person med egen personlighet och temperament. Varje barn har sin egen personlighet i syskonskaran. Tiden det tar att lära känna och anknyta till varandra varierar. Desto mera tid du tillbringar med ditt barn desto bättre lär du känna ditt barn.

Att stöda barnet i hemmet och utanför hemmet har betydelse för hur barnet utvecklas och får ett tryggt liv. Dagens, förskola, föräldrarnas vänner, barnets vänner, fastrar, morbröder etc. och de olika intressen ni och barnet har blir viktiga händelser och skapar trygghet för barnet. Varje vuxen utgör en viktig roll och kan påverka barnets välmående. Du som förälder kommer alltid att förstå ditt barn bäst och ni förstår varandra som bara ni kan göra. Hemmet är den plats som ska vara tryggast för barnet.

Uppvärmning — Avsluta meningen med det första du kommer att tänka på (något som relaterar till mammavollen)

- Jag som mamma för mitt barn är ...
- Jag upplever att mitt barn är tryggt när ...
- Det bästa med mitt/mina barn är ...
- Det bästa med att vara mamma för x är ...
- Jag känner mitt barn som ...
- Det som får mitt barn och mig att njuta av varandra är ...

Diskutera i grupp eller med din partner

Samtalsfråga 1:

På vilket sätt tror du att ditt barn ser på dig nu och om fem år och tio år?

Möjliga följdfrågor:

- *Vilka ord använder barnet då det beskriver dig?*
- *Vilken typ av mamma är du om 5 och 10 år?*

Samtalsfråga 2:

På vilket sätt kan du bäst stötta ditt barn i sin utveckling?

Möjliga följdfrågor:

- *Finns det andra vuxna i ert liv som är viktiga för ert/era barn?*

Njut av barnets sällskap och stanna upp i gemensamma stunder.

Samtalsfråga 3:

Hur beskriver du ditt barn? Om barnet var här hur skulle hen beskriva dig? (fundera i bilder och visioner)

Möjliga följdfrågor:

- *På vilket sätt är ni lika?*
- *På vilket sätt är ni olika?*

Hemuppgift:

Låt gruppen hitta på egna intervjufrågor.

Gör en "intervju" med ditt barn. Om ditt barn inte kan uttrycka sig, visionerna/fantisera kring vad ditt barn hade svarat om hen kunde uttrycka sig.

- På vilket sätt är mamma och pappa olika?
- På vilket sätt är mamma och pappa lika?
- På vilket sätt tröstar mamma.
- På vilket sätt tröstar pappa.
- Betrakta ditt barn vad utstrålar hen?

Avslut:

Finns det någonting som du ytterligare funderar över och vill diskutera?

Nästa träff:

Bestäm när och var nästa träff ordnas.

Datum: _____

Tid: _____

Plats: _____