



Harjoitus: Huomaa hyvä lapsessa

Miksi?

Vahvuuksien nimeäminen vahvistaa lapsen myönteistä käsitystä itsestään. Samalla vahvistuu kokemus siitä, että hän on muutakin kuin oireensa.

Miten?

Pohtikaa ja kirjoittakaa yhdessä alle asioita, joissa lapsi on hyvä tai joita hän tekee onnistuneesti. Myös näitä asioita voi listata säännöllisesti.

Esim. Lapsi osallistuu yhteiseen tekemiseen, lapsi on taitava rakentelemaan ja liikkumaan, lapsi on avulias...