



Sagt om utbildningen:

"Spännande och lärorik utbildning."

"Vårt sätt att hantera känslor påverkar både barn och personal."

"Viktigt ämne med många praktiska tips!"

"Det här handlar om så mycket mer än jämställdhet."

Känslor och gränser - skapa möjligheter för alla

- Hur många känslor finns det egentligen och hur många av dem kan och tillåter vi oss att uttrycka?
- Hur kan vi stärka barns självkänsla?
- Hur kan vi visa gränser utan att kränka?
- Kan ilska vara någonting positivt?
- Vad är kränkningar?

Att ha tillgång till och kunna uttrycka alla sina känslor är en viktig del av att vara människa. Men många känslor har könats – gjorts till flickiga eller pojkiga. Att kunna visa sina känslor är en utgångspunkt för att respektera sig själv och sina gränser. Detta i sin tur är en förutsättning för att kunna förstå och acceptera andra människors gränser. Hur vi vuxna bemöter varandra påverkar även barnen. Det är ofta i konfliktsituationer som kränkningar uppstår. Forskning visar tydligt att det finns en uppdelning mellan vilka barn som upplever stress, oro, mår psykiskt dåligt eller upplevs som "jobbiga".

På utbildningen pratar vi om hur vi med hjälp av bland annat magkänslan och en trestegsmetod kan bli tydliga i vår kommunikation. Detta stärker självkänslan och gör att både barn och vuxna vågar stå upp för sig själv och för andra. Vi testar olika praktiska metoder för att arbeta med barns känslouttryck. Detta är ett sätt att stoppa och förebygga kränkningar och verbalt- och fysiskt våld. Vi tar upp exempel på vad som kan vara kränkningar och hur vi kan förebygga dessa. Vi diskuterar även hur du som vuxen kan hantera den svåra situationen då en kollega eller förälder kränker ett barn.

Föreläsningen ger en bra grund till fortsatt arbete och många konkreta förslag ges som deltagarna kan arbeta vidare med. Vi rekommenderar även att ni får en eller flera korta arbetsuppgifter inför utbildningen.

Känslor och gränser är vanligtvis en fortsättningskurs. Om personalen inte har haft utbildning om jämställdhet och/eller normkritik tidigare rekommenderas det först för att ha en gemensam grund att stå på.

Vi har många referenser och ger gärna kontaktuppgifter om så önskas.
Se även: www.jamstallt.se/vara-kunder/forskola/

**För mer information och bokning
kontakta oss redan idag!**



Jämställt har inspirerande och omtyckta utbildningar om jämställdhet och normkritik. På hemsidan www.jamstallt.se hittar du gratis arbetsmaterial.
Kontakta oss på: info@jamstallt.se eller ring 073 685 44 54.