

Hei. På ART-gruppa jobber vi med sinnekontroll. Sinnekontroll handler kort om hva som skjer med kroppen og tankene når en blir sinna, og hvordan en velger å løse situasjonene.

Kan dere være så snill å fylle ut dette arket sammen med barnet deres. Det blir mye lettere å trene på de vanskelige situasjonene. Skriv kort

I hvilke konkrete situasjoner opplever du at barnet kan bli veldig sint?	Hva gjør barnet i disse situasjonene?
I hvilke konkrete situasjoner opplever du at barnet kan bli litt sint?	Hva gjør barnet i disse situasjonene?
I hvilke konkrete situasjoner opplever du at barnet kan bli irritert?	Hva gjør barnet i disse situasjonene?

