

TBO i praksis

1. "Kids do well if they can."
2. Kunnskap, erfaringer og ferdigheter hos terapeuten må ut i menneskemøter med barna.
3. Barn som har vært utsatt for mye vondt er ofte REDDE, stressaktivert og følelsesstyrt, ikke VANSKELIGE.
4. Stressede, redde barn må møtes der de er.
5. Ingen utvikling uten trygghet.
6. Hjernen formes av bruken.
7. Trygghetsskaping på makronivå og mikronivå.
8. Tren på å se følelsene bak uforståelig atferd.
9. Noen ganger er det vi ser på som et problem, løsningen for barnet.
10. Terapeuten må også kjenne sine refleksreaksjoner og triggere, og vite noe om hvordan han klarer å regulere seg.
11. Vær nysgjerrig, åpen, utforskende, medlevende og prøv å forstå barnet.
12. Gå nærmere, fordi barnet trenger det. Barn regulerer seg dårlig alene.
13. Kroppsspråket ditt snakker høyere enn ordene.
14. Uten lek, ingen endring!
15. Bygg relasjon, for relasjonen heler.
16. Følg barnet på reisen mot mening.
17. Velg ord som er store nok til at barnets liv får plass i dem – både sårbarheter og ressurser.
18. Hjelper, kjenn deg selv. Den du ER snakker høyere enn hva du sier.
19. Det koster å bry seg.
20. Det skal være rom for skaperkraft, impulsivitet, improvisasjon og rytmer vi ennå ikke kjenner.