

# Hen-imod-alternativer til DU SKAL IKKE VÆRE BANGE

*Christian vil gerne rutsje ned ad rutsjebanen, men tør ikke rigtig.*

Nedenfor kan du se 10 bud på, hvilke hen-imod-sætninger du som voksen for eksempel kan sige i situationen – samt hvilke værdier sætningerne hver især ærer.

1. "Du er tryk her hos mig. Jeg passer på dig!" (værdien tryghed æret).
2. "Det er okay, jeg er lige her!" (værdierne tryghed og støtte æret).
3. "En rutsjebane ser tit *ret* høj ud, når man ikke har prøvet den endnu! Men når først du har prøvet den, er den fin. Og sjov!" (værdierne perspektiv og tillid æret).
4. "Du kan godt klare det, jeg hjælper dig!" (værdierne tillid og støtte æret).
5. "Jeg griber dig, vi klarer det sammen, vi to!" (værdierne tryghed og fællesskab æret).
6. "Når du først har lært den at kende, bliver rutsjebanen din ven" (værdierne perspektiv og tillid æret).
7. "I sidste uge var du lidt utryk ved at cykle – i starten. Men så gav du det en chance – og nu synes du, det er smaddersjovt. Det er det samme her: Du skal bare liige lære rutsjebanen at kende!" (værdien perspektiv æret – ved at spille på Succestangenten (se Del 2, side 93)).
8. "Skal vi prøve sammen første gang? Så er vi modige sammen!" (værdierne fællesskab og mod æret).
9. "Skal vi prøve sammen – så går det lidt lettere?" (værdierne fællesskab og optimisme æret).
10. "Jeg kan se, du bliver lidt utryk, fordi det er nyt for dig. Jeg bliver her hos dig, mens du øver, så du bliver tryk igen!" (værdierne støtte og tryghed æret).