

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Jeg elsker dig for den, du er, ikke kun for det, du gør
2. Jeg elsker din form for humor, ingen får mig til at grine som dig
3. Du har sådan et godt hjerte
4. Jeg elsker at være sammen med dig!
5. Du arbejder så hårdt, og jeg kan se, det giver gode resultater
6. Jeg ved, du er ked af det, og jeg tilgiver dig. Lad os begynde forfra
7. Du er sådan en stor hjælp, hvad skulle jeg gøre uden dig
8. Jeg er sikker på, du træffer den rigtige beslutning
9. Du kan så mange forskellige ting, vi kan slet ikke undvære dig
10. Du er sådan et dejligt barn
11. Mor og far er stolte af vores dejlige pige
12. Før vi spiser vores aftensmad, skal vi så ikke alle fortælle om en god ting, som skete i dag?

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Sommetider overrasker du mig virkelig. Du er så klog
2. Det, du gjorde, var meget omsorgsfuldt. Det hjalp mig meget, og jeg er sikker på, du også fik en god følelse inde i maven
3. Bare tag dig den tid, du har brug for. Jeg kan vente
4. Vidste du godt, at selv når vi ikke er sammen, så tænker jeg på dig og bliver glad indeni?
5. Jeg tror på dig
6. Start fra begyndelsen og fortæl mig, hvad der skete. Du fortæller, og jeg lytter
7. Det, jeg gjorde, var forkert, og det er jeg ked af. Forældre kan også lave fejl, selvom vi prøver at lade være
8. Vi kan nå rigtig langt, når vi arbejder sammen. Jeg ved, du er dygtig, og at der er rigtig meget, du kan klare selv, men jeg er lige her og vil gerne hjælpe, når du har brug for det
9. Jeg forsøger at træffe positive og rigtige valg for mig selv, for jeg ved du ser, hvad jeg gør og lærer af det
10. Ved du godt, at uanset hvor stor du bliver, vil du altid være min lille skat
11. Når jeg ser du rydder op og passer godt på dine ting, minder det mig om, hvor ansvarsfuld du er blevet
12. Hvis der var én ting, du kunne ændre ved vores familie, hvad ville du så ændre?

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Jeg elsker dig uanset hvad, du behøver ikke gøre dig fortjent til det
2. Jeg ville ønske du kunne se dig selv gennem mine øjne. Jeg syntes, du er fantastisk
3. Når jeg hører dig rose andre, bliver jeg så stolt
4. Jeg tænker tit på, at du er en rigtig god ven for dine kammerater
5. Jeg glæder mig allerede til at høre om din dag, når du kommer hjem fra skole!
6. Jeg er så glad for, at du er mit barn
7. Du kunne have valgt at hænge fast i det hele dagen, men det gjorde du ikke. Sejt!
8. Jeg kommer tit til at tænke på noget sjovt, du har sagt eller gjort, og så bliver jeg i så godt humør
9. Sommetider er det vigtigt, at man stopper op og lytter til sit hjerte. Hvad siger dit hjerte lige nu?
10. Når jeg er ked af det eller rigtig træt, så skal jeg bare tænke på dig, så får jeg det bedre.
11. Jeg elsker, at du altid finder en måde at få mig til at grine på
12. Skal vi snart finde noget hyggetid sammen, kun os to?

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Verdens bedste supermand, det er min dreng
2. Det gør mig glad at se, at du er klar til tiden
3. Jeg tilgiver dig for i går, tilgiver du også mig?
4. Lad os lave en liste over alle de ture, vi gerne vil på, og så kan vi begynde at planlægge den første
5. Jeg vil gerne fortælle dig en hemmelighed. Jeg kan næsten ikke vente med at dele den med dig
6. Hvem er din helt? Min helt er .... fordi ...
7. Kan du hjælpe med opvasken i aften, mens jeg hjælper din søster med lektierne? Det vil være sådan en stor hjælp!
8. Der er så mange gode ting ved dig, jeg tror ikke engang, at jeg kan vælge en favoritting
9. Vi har hele tiden så travlt. Hvad med at vi i aften bare tænder nogle stearinlys og læser historier?
10. Jeg lover, at jeg lægger min telefon væk, når vi skal være sammen i eftermiddag.
11. Vil du hjælpe mig med at lave din livret i aften? Lad os starte med at skrive ned, hvad vi skal have købt ind
12. Jeg så den prøve, du havde med hjem fra skole i dag. Hvordan føltes det at få så mange svar rigtige?

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Jeg tror, du er en optimist. Ved du, hvad det er?
2. Hvor mange mennesker har du hjulpet i dag? Lad os tælle sammen
3. Dine kram er som superkraft. Uanset hvor træls dagen har været, så bliver den god lige så snart, jeg har fået et kram af dig
4. Farmor ringede og fortalte mig, hvor sød og velopdragen du var, da du besøgte hende i går. Hun var meget imponeret over dig, og det er jeg også
5. Jeg elsker både din far og din søster, og der er masser af plads til dig også
6. Jeg så du holdt døren for ham manden. Hvor er du sød
7. Jeg elsker dig, når du er glad, men jeg elsker dig også, når du er ked af det, vred og bange
8. I aften mens du sover, lægger jeg en seddel under din hovedpude, glæd dig til den i morgen tidlig
9. Når mor/far skælder ud, hvordan har du det med det? (lyt) Tak fordi du vil fortælle mig det. Jeg vil arbejde på at ændre på min måde at tale til dig
10. Hvis du lytter godt efter, kan du høre din egen indre stemme. Den vil fortælle dig, hvad du skal gøre. Det er en stemme, du kan stole på
11. Jeg er så glad for, at du vil lege med din søster. Jeg ved, det betyder meget for hende
12. Jeg føler mig så heldig, at jeg kan begynde dagen sammen med dig. Er vi ikke heldige, at vi kan begynde dagen sammen?

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Det gør mig stolt at se dig være så god ved lillebror
2. Når du bliver rigtig gal, så prøv at trække vejret helt ned i maven i stedet for at råbe op og/eller slå. Mærk hvordan du slipper vreden, når du trækker vejret ind og ud, og lidt efter lidt vil vreden gå væk.
3. Når man passer på sig selv, spiser rigtigt og får sovet nok, så er man sin egen bedste ven
4. Man bestemmer altid selv, hvordan man vil reagere, når man bliver drillet. Det er et valg, man træffer, så det er dig, der bestemmer
5. Når jeg ser, at du bruger tid og energi på at lære nyt, bliver jeg så stolt af dig
6. Jeg elsker dig, også selvom jeg ikke lige kan se dig
7. Selvom jeg ser dig hver dag, så har jeg alligevel savnet dig lidt. Tror du ikke vi kunne finde tid til at lave noget sammen, bare du og jeg
8. Da jeg så, hvor flot du havde ryddet op, blev jeg super glad. Meget imponerende!
9. Man kan ikke være god til alt. Heller ikke mig eller mor
10. Jeg syntes, du er så god til at tackle nye ting. Jeg kunne vist lære lidt af dig der!
11. Når jeg ser, hvordan du leder efter det gode i situationer, så tænker jeg på, hvor positivt et menneske, du er blevet
12. Tak skat! Dine søde ord/tegning/handling er benzin på min motor

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Hvis jeg havde et stykke slik for hver gang, jeg havde tænkt på dig i dag, så kunne jeg have bygget et helt hus af slik. Hvordan tror du, det havde set ud?
2. Ingen i huset støvsuger lige så ihærdigt som dig. Det er så dejligt, at du kan hjælpe til
3. Sommerferien starter snart. Lad os lave en liste over 10 ting, vi rigtig gerne vil lave sammen i ferien, så vi er sikre på, at vi når det, inden skolen starter igen
4. Jeg syntes, det bedste ved vores familie er ..... Hvad syntes du, er det bedste ved vores familie?
5. Jeg kunne se, du havde det svært i går aftes. Har du lyst til at fortælle mig om det?
6. Jeg har haft en ret stresset dag på arbejde i dag, men lige så snart du trådte ind af døren og smilede til mig, blev hele min dag god igen
7. Ved du godt, at jeg elsker dig, både når du er glad, ked af det, og også når du er gal. Der er ikke noget, du kan gøre, som får mig til at holde op med at elske dig
8. Jeg er så stolt over den person du er på vej til at blive. Jeg glæder mig til at se dig vokse og blive klogere
9. Det er godt at være modig, men det er også ok at være bange ind i mellem
10. Jeg sætter rigtig stor pris på, at du hjælper mig. Tak fordi du tænker på mig
11. Jeg syntes, det lyder så dejligt, når du griner sammen med din søster. Hvad kan du bedst lide at lave sammen med hende?
12. Jo mere positiv, jeg selv er, jo mere finder jeg at være glad for!

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Ved du godt, at du ikke er den eneste, som bliver klogere? Jeg bliver også klogere hver dag, og du er med til at gøre mig klogere
2. Jeg behøver ikke kontrollere alt det, du gør. Du er en fornuftig dreng/pige, og du kan sagtens træffe mange af beslutningerne selv
3. Du er sådan en vigtig del af vores familie. Vi kunne slet ikke undvære dig
4. Du har sådan et dejligt smil. Hele min verden lyser op, når jeg ser det
5. Når jeg ser, hvor god du er til at lege med din søster/bror, minder det mig om, hvor kærlig et menneske du er
6. Du betyder meget for mig
7. Jeg bliver så stolt, når jeg ser du træffer gode valg og passer godt på dig selv
8. Du skal bare vide, at hvis du har brug for hjælp, så er jeg her for dig
9. Når vores planer ændrer sig, og du ikke bliver vred over det, bliver jeg stolt af dig
10. Jeg kom lige til at tænke på, hvor meget jeg elsker dig. Tak fordi du er dig
11. Du (og dine søskende) er en gave, og den bedste jeg nogensinde har fået!
12. Dét var skræmmende og hårdt, men du gjorde det rigtige. Jeg er så stolt over, at du er mit barn



# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Ja, jeg er din mor, og jeg lærer også hele tiden. Er der noget, du synes, jeg trænger til at lære?
2. Jeg ved, jeg kan stole på, at du gør det rigtige, også selvom jeg ikke kigger på dig
3. Legetøj og computerspil er bare ting. Det kan også være rigtig hyggeligt at være sammen uden ting imellem os
4. Du behøver ikke gøre noget for at være elsket. Det er du allerede
5. Når du taler med andre og fortæller dem, hvordan du har det, så kan jeg høre, at du bliver mere og mere moden
6. Det er vigtigt bare at lave ingenting ind i mellem. Det er ikke bare rart, det er nødvendigt
7. Når man kan indrømme, at man tog fejl, bliver man stærkere af det
8. Sommetider er det dejligt bare at holde pause og slappe af. Har du lyst til at slappe af sammen med mig i aften?
9. Hvad er det bedste du kan huske, fra da du var lille? Det bedste jeg kan huske er..
10. Hvem er din bedste ven? Hvad er det, du kan lide ved ham/hende?
11. Et af de bedste tidspunkter på min dag er her på din sengekant, når vi to snakker lidt sammen
12. Når jeg ser, at du deler med dine søskende, så ved jeg, at du er god til at tænke på andre

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Jeg elsker at spille spil med dig, for uanset hvem der vinder, så har vi det så sjovt
2. Jeg har sådan savnet dig i dag. Fortæl mig om hele din dag!
3. Da jeg så, hvordan du trøstede din bror lige før, blev jeg helt varm i hjertet. Du er bare en lille pige, og alligevel kan du trøste andre på den måde
4. Når du gør dit bedste, kan ingen forlange mere
5. Har jeg fortalt dig for nylig, at du er dejlig, som du er?
6. Kan du huske, da du hentede min kaffe til mig i går? Du skal vide, at det betød meget for mig
7. Når du gør sådan, minder du mig om din bedstefar. Han ville have været så stolt af dig
8. Det er hårdt at glæde sig til ferie. Lad os alle fortælle én god ting, vi gjorde i dag, og så fejrer vi det
9. En på mit arbejde spurgte i dag, hvad der gør mig mest glad. Ved du hvad jeg svarede? Mit barn/mine børn
10. Jeg kunne godt se, at du blev meget oprevet over, at lillebror tog din hue, og jeg blev ret imponeret over måden, du alligevel talte roligt til ham på
11. Jeg elsker at se hvordan du lever i nuet, elsker at lave det, du gør, og nyder dem, du er sammen med
12. Du kan altid regne med mig! Jeg er lige her!

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Jeg er så glad for, at jeg er blevet din mor!
2. Hvad kan jeg gøre for at hjælpe dig?
3. Jeg ved godt, det ikke blev, som du havde planlagt det. Det må være træls!
4. Når jeg ser, du arbejder hårdt med noget og ikke giver op, viser det mig, at du er stærk og vedholdende
5. Drømte du noget i nat? Jeg vil rigtig gerne høre om det.
6. Det er dig selv, som bestemmer, hvordan du vil have det lige nu. Du bestemmer selv, om du vil være ked af det eller ej
7. Du skal ikke være bange for at gøre noget forkert. Det gør vi alle ind i mellem, og vi lærer alle af det
8. Når jeg ser, at du tænker lidt for dig selv og så prøver nye ting, så tænker jeg på, hvor modig du er
9. Du vil opleve sejre og nederlag gennem hele livet. Jeg vil elske dig igennem det hele
10. Jeg har en stor sol i maven over det, du gjorde for mig i dag
11. Jeg ved godt, at du lærer mange ting af mig, men vidste du godt, at jeg også lærer af dig?
12. Jeg elsker dig herfra og til månen!

# Forslag til rosende/anerkendende sætninger

---

1. Du er mit barn, men du er også helt din egen.
2. Efterhånden som du bliver ældre, vil jeg støtte og guide dig, så du kan føle dig tryk
3. Jeg elsker dig, både når du er vild, og når du er rolig
4. Når jeg lærer dig nye ting, gør jeg det, fordi jeg elsker dig
5. Man kan godt være selvstændig og afhængig af andre på samme tid
6. Jeg passer på mig selv så godt jeg kan, så du kan stole på, at jeg er en god og stærk forælder
7. Når jeg er sammen med dig, vil jeg ikke tale i min telefon. Det er rart også at kunne dele stilheden med dig
8. Når du bliver ked af det eller vred, behøver jeg ikke også blive ked af det eller vred. Jeg vil prøve at forblive rolig
9. Jeg er så glad for den, du er. Det, du gør, er også godt, men den, du er, er vigtigst for mig
10. Når vi alle tager del i opgaven og hjælper hinanden, bliver jeg så stolt over det vores familie kan udrette
11. Du er lige præcis, som du skal være
12. Lyt til dit hjerte. Fortæl mig hvad det siger