

Resilience Framework (Children and Young People) Oct 2012 – adapted from Hart and Blincow 2007 www.boingboing.org.uk

	Basbehov	Tillhörighet	Lärande	Coping	Kärnsjäl
Specifika tillvägångssätt	Tillräckligt bra boende	Hitta någonstans där barnet/den unge får känna tillhörighet	Få livet i skolan att fungera så bra som möjligt	Förstå gränser och att hålla sig inom dem	Ingjuta en känsla av hopp
	Tillräckligt med pengar att leva på	Hjälpa barnet/den unge att förstå sin plats i världen		Vara modig	
	Vara trygg och säker	Dra nytta av positiv påverkan	Engagera lärare/mentor för barnet/den unge	Lösa problem	Hjälpa barnet/den unge att förstå andras känslor
	Tillgänglighet och transportmedel	Underhålla relationer		Överblicka framtids- eller livsplaner	Se saker från den ljusa sidan
	Sunda matvanor	Ju fler sunda relationer desto bättre	Hjälpa barnet/den unge att organisera sig själv	Utveckla deras intressen	Hjälpa barnet den unge att ta ansvar för sig själv
	Motion och frisk luft	Ta det du kan från relationer där det finns något hopp		Lugna och trösta sig själv	
	Tillräckligt med sömn	Samla personer som barnet/den unge kan räkna med stöd från	Uppmärksamma goda prestationer	Komma ihåg att i morgon är en ny dag	Stötta deras talanger
	Lek och fritid	Ansvar och plikter		Luta sig mot andra när det är nödvändigt	
	Inte utsättas för fördomar och diskriminering	Fokusera på goda stunder och sammanhang	Utveckla färdigheter i livet	Ha kul	Det finns beprövade och testade behandlingsmetoder vid specifika problem, använd dem
		Göra begripligt var barnet/den unge kommer ifrån			
		Förutspå någon eller något nytt som kan ha en positiv inverkan			
		Skaffa vänner och umgås med andra barn/unga			
Ädla sanningar					
	Acceptera	Bevara	Åtagande	Mobilisera	