

BERÖRINGAR SOM FÅR GRÖNT ELLER RÖTT LJUS



Beröring som får grönt ljus

En trevlig beröring som gör att känner dig trygg och välmående. Beröringen får dig att känna dig värdefull och accepterad. Till beröringar som får grönt ljus säger du för dig själv JA.



Beröring som får rött ljus

En beröring som känns otrevlig, som förvirrar, skadar och gör ont. Beröringen kan också göra dig arg och rädd. Du blir på dåligt humör. Du ska inte tillåta beröringar som får rött ljus. Till beröringar som får rött ljus säger du högt NEJ.

