

## Øvingssamling 2 – Barnehage

### Tema 2: Spontane samtaler i hverdagen del 1



### Program 1,5 timer

1. Selvregulering og selvivaretagelse: En pustepause på matter
2. Se film 2 «Spontane samtaler del 1»
3. Øvelse: Knutemor
4. Øvelse: Rollespill to og to
5. Les sammen: Kapittel 3 i boken «Se barnet innenfra» side 40-45
6. Refleksjon to og to
7. Refleksjon i plenum og evaluering
8. Mål for meg selv
9. Avslutning

### Materiell

Gulvplass til øvelser

Utstyr til å vise filmer fra nettet

Boken «Se barnet innenfra» av Brandtzæg, Torsteinson & Øiestad  
(2013)

Matter/tepper

Et kosedyr

## Pustepause – 3 minutter

I en travel hverdag trenger vi pustepauser. Tre minutter «brain-break» og rolig pusting kan være nok til at vi regulerer oss selv bedre og samler nye krefter.

- La alle få en matte eller et teppe å ligge på.
- Spill svak "ambient music" fra youtube, for eksempel:  
<https://www.youtube.com/watch?v=2OEL4P1Rz04>

## Se film: Spontane samtaler – 6 min

Se undervisningsfilmen om spontane samtaler – del 1: [Spontane samtaler](#)

## Øvelse: Knutemor – 5 min

Formål: Å varme oss opp som gruppe og øve samhandling.

Knutemor: To knutemødre sendes på gangen. Lag grupper på 10 personer. Gruppen tar hverandre i hendene og danner en ring. Denne ringen skal nå knyte seg sammen, dvs. kripe over eller under hverandre – uten å slippe hverandre. Når alle har knytt seg ferdig roper man på "knutemor" som skal løse opp knuten.

*Oppgave for alle: Å benevne hva vi og andre gjør underveis og være en hyggelig og oppmuntrende sportskommentator.*

## Øvelse: Rollespill to og to – 10 min

Finn en ny samtalepartner som du ikke pleier å snakke med så ofte. Finn en krok for dere selv. Èn er barn og èn er voksen. Øv på å stille **konkrete** spørsmål til det barnet forteller og **oppsummere**.

- «Barnet» sier «Mamma og pappa kranglet i går, og mamma kastet en kopp».
- «Den voksne» gjentar med innlevelse og spør så mer; Konkrete spørsmål til det barnet har sagt. «Hva slags kopp? Hvilken farge? Hva skjedde med koppen? Hvordan kranglet – fortell? Hvordan var det for deg?»
- «Den voksne» utvider og bekrefter følelser: Det høres ikke greit ut.
- «Den voksne» venter og gir rom for barnets respons.
- Bytt roller etter noen minutter.

Her er oppskriften:

- 1) Åpne og si noe hyggelig
- 2) Èn uro og observasjon i jeg-form
- 3) Fortell! Si mer! Kan du hjelpe meg å forstå?
- 4) Gjenta og bekrefte følelser i du-form
- 5) Oppsummere og lukke

## Les sammen – 15 min

Les høyt sammen fra kapittel 3 i boken «Se barnet innenfra» side 40-45 (Større, Sterkere, Klokere, God, Når det er mulig - følg barnets behov).

### Refleksjon to og to – 10 min

Finn en samtalepartner, en du ikke pleier å snakke med så ofte.

- Hva vil det si å være sterkere? - 2 min
- Hva vil det si å være klokere? - 2 min
- Hva vil det si å være god? - 2 min
- Hva vil det si å følge barnets behov? - 2 min

### Refleksjon og evaluering i plenum – 10 min

Vi reflekterer og evaluerer ved å sette oss i ring. Kast et kosedyr rundt i gruppen. Det er lov å si pass. Alle skal si pass én gang hver, dette for å øve inn pass som en legitim mulighet slik at ingen skal kjenne seg unødig presset eller overrumplet. Leder styrer spørsmålene, og anerkjenner og takker for alle svar.

Refleksjonsrunde:

- Hvordan var det å være barn i rollespillet?
- Hva er bra med konkrete spørsmål?
- Hva skjer når vi venter på barns respons?
- Hva har jeg begynt å tenke på i dag?

Evalueringsrunde:

- Hva var bra i dag?

### Mål for meg selv – 10 min

Hva vil du øve på til neste gang? Lag et lite mål for deg selv og del med gruppen. Leder styrer runden og starter med å minne deg om målet fra sist. Leder noterer ned målet ditt. Ved å høre om hverandres mål kan vi motivere hverandre til å øve og anerkjenne at vi har alle noe vi kan øve på.

### Avslutning – 2 min

*Sitt i ringen og lukk øynene. Leder leser avslutningshilsen fra en mamma: «Tusen takk, barnehagen, for at dere har holdt mitt barns sinn i deres hjerter. Jeg er dypt takknemlig. Alt dere har gitt og forstått, når vi ikke har vært der for henne. Nesten som hun var deres egen unge. Jeg gråter litt jeg nå. Skolen venter. Håper ferden blir like god for deg som barnehagen har vært, lille venn.»*