Sofia med knuff

– och alla känslorna

Annelie Strömberg Johanna Sandberg

IDUS FÖRLAG

HANDLEDNING
FÖR PEDAGOGER I FÖRSKOLAN

SOFIA MED KNUFF – OCH ALLA KÄNSLORNA
MÅLGRUPP 3-6 ÅR.

Författare: Annelie Strömberg

LITEN PRESENTATION AV FÖRFATTAREN OCH NÅGRA RADER OM ADHD

När jag skriver böckerna om Sofia med knuff använder jag mig ofta av mina egna erfarenheter. Jag har nämligen själv diagnosen adhd precis som bok- karaktären Sofia. Kanske har du som läser detta adhd, troligen har du klasskamrater, kusiner, lärare eller idoler har denna diagnos. Du vet säkert redan att denna diagnos innebär styrkor. Man kan bland annat vara otroligt duktig på vissa saker som man är intresserad av. Att vara envis och kämpa hårt för att nå sina mål är också vanligt bland oss med adhd. Men adhd kan också ställa till det ibland. När jag skriver böcker till exempel händer det att jag glömmer bort såna där nödvändiga saker som att äta. Det är för att jag blir så fokuserad på skrivandet. Och ibland använder jag all energi på en gång så den inte räcker hela dagen.

Oavsett vilken diagnos man än har så har vi ju alla såklart olika personligheter, olika sätt att tänka. Och det är tur, tänk så trist det hade varit om vi varit likadana. Drivkraften när jag skriver böckerna om Sofia med knuff är just att sprida kunskap om olika sätt att vara, att öka förståelsen där ute i samhället. Jag vill uppmärksamma att vi alla har positiva egenskaper som ska lyftas fram. Det är så lätt att fastna i det negativa. Det är ju det som kommer fram om man försöker stöpa alla i samma form. Vi har alla lätt för vissa saker och svårare för andra oavsett om man har en funktionsvariation eller inte. Det är så viktigt att känna att man är bra som man är. Med rätt förutsättningar kommer man långt!

ARBETA MED BOKEN OLIKA SÄTT

Jag har medvetet valt att göra denna handledning enkel. Den ska vara ett redskap för att starta igång tankar och diskussioner. Börja med uppgifterna i denna handledning och skapa utifrån dessa egna metoder för att arbeta med boken på de sätt som passar just er.

Sofia är fem år. Ibland är det inte lätt att vara Sofia. Hon kan inte styra alla sina känslor. Det är för att Sofia har adhd. Men det vet hon inte om själv. Det vet ingen på förskolan och inte hennes mamma eller pappa heller.

Idag är en sådan dag när det arga inte vill ta slut. Det börjar med att Sofia har tänkt dricka varm choklad men den visar sig vara slut. Kompisen Erik vill leka med lego istället för tågbanan. Och Sofia förlorar i Memory. Inte konstigt att hon är arg.

Hur ska denna måndag bli för Sofia?

SYFTE
Reflektera kring olika känslor. Kunna koppla händelser i boken till den egna vardagen.

FÖRSKOLANS VÄRDEGRUND
"Barnen och eleverna ska känna sig trygga med varandra, med skolans pedagoger och i verksamhetens miljö". " (Ur Förskolans och skolans värdegrund – förhållningssätt, verktyg och metoder.)

KOPPLING TILL FÖRSKOLANS LÄROPLAN
“Förskolan ska ta till vara och utveckla barnens förmåga till ansvarskänsla och social handlingsberedskap, så att solidaritet och tolerans tidigt grundläggs. Förskolan ska uppmuntra och stärka barnens medkänsla och inlevelse i andra människors situation".(Ur Läroplan för förskolan Lpfö98)

DISKUTERA OCH REFLEKTERA
Längst bak i detta häfte finns ett ark med olika känslouttryck. Klipp ut känslokorten och använd i följande uppgifter. Alternativt gör egna personliga teckningar med känslorna glad, arg och ledsen.

RITA OCH PRATA
Börja med att barnen får färglägga sina egna känslokort. Inspireras av bilder på Sofia eller måla en helt egen karaktär. Använd korten under läsningen. Gör paus då och då och låt barnet visa upp det kort de tycker visar Sofias humör i det stycket du läst.

Alternativt använd flera av kortet där Sofias mun saknas. Barnen får måla dit hur de tror att Sofias mun ser ut i olika situationer. Är hon glad, arg eller ledsen?

FUNDERA OCH SKAPA
Barnen tilldelas ett kort med en känsla slumpmässigt. Barnet får måla fritt på ett blankt papper utifrån känslan. Det behöver inte vara människor utan starka färger eller annat som barnet kopplar till just den sinnesstämningen. Använd olika material för att skapa känslorna som exempelvis färgglatt papper, paljetter och pärlor.

SKETCHER
Pedagogerna improviserar
Pedagogerna visar upp sina tolkningar av olika känslor och barnen ska gissa om det är en arg, glad eller ledsen känsla . Låt barnen turas om att gissa eller fundera tillsammans. Håller alla med om samma känsla? Varför/varför inte?

BARNEN IMPROVISERAR

Ge barnet som står på tur ett kort med en känsla. Låt därefter barnet agera utifrån känslan de har på sitt kort. Beroende på barnets ålder kan man använda både gester och språk eller endast gester. Barnet kan också agera tillsammans med en pedagog. En kompis, pedagogerna eller alla gemensamt gissar vilken känsla det handlar om.

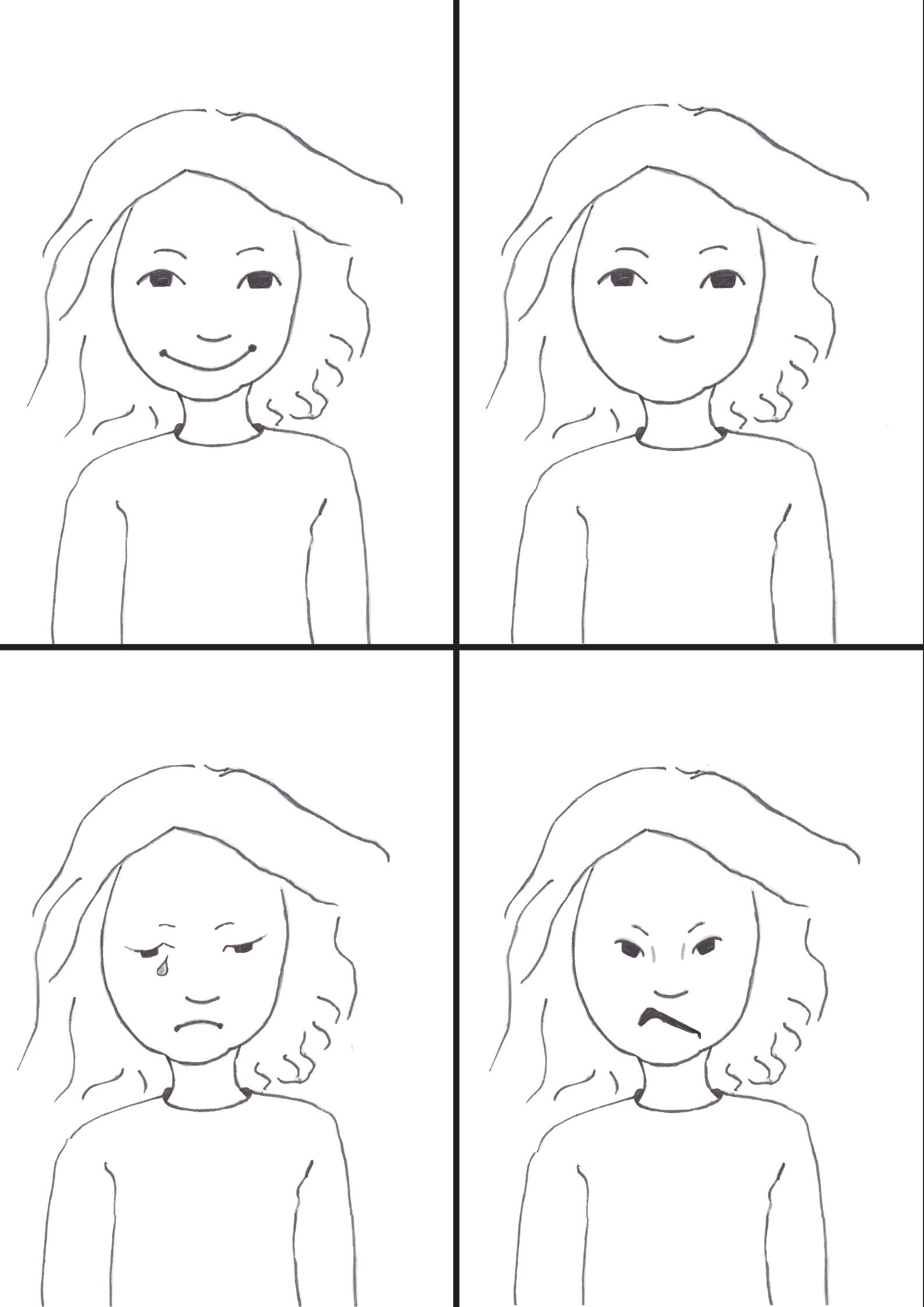
TEATER

Spela teater baserat på hela boken eller baserat på enstaka uppslag. Gärna med ombytta roller, en pedagog spelar Sofia och ett av barnen är fröken. Roller kan även vara de barn som inte har huvudrollen i boken men är med i illustrationerna. Hur känner de när Sofia blir arg? Ett exempel är uppslaget med pojken som ligger under soffan som Sofia hoppar i. Varför ligger han under soffan? Och vad pekar barnet bredvid på egentligen? Följ bokens text eller låt var och en agera fritt.

FRÅGOR OM BOKEN

1. Har du en favoritmugg precis som Sofia?
2. Varför blir Sofia och mamma osams på morgonen?
3. Sofias känslor smittar Erik. Har du också blivit smittad av arga känslor?
4. Hur kan man hjälpa en ledsen kompis att bli glad?
5. Vad gör du när du är så arg att du vill slåss?
6. Varför knuffar Sofia ned Molly från soffan?
7. Vill du också vara ifred ibland precis som Sofia?
8. Hur gör du för att bli glad igen när du är lika arg som Sofia?
9. Kan du fler känslor än de som står i boken?

Boken är också ett bra redskap för att prata om förskolan i hemmet. Uppmuntra barnen att berätta om sina egna känslor och upplevelser i den miljö de faktiskt vistas i en stor del av dagen.



Jag blir väldigt glad för
återkoppling om Sofia med knuff!
Kanske har ni kommit på sätt att arbeta med
boken som ni vill tipsa andra om?

ANNELIE STRÖMBERG
www.anneliestromberg.se
www.facebook.com/anneliestrombergforfattare
anneliestromberg@yahoo.se

På Attentions sida kan du läsa om olika
neuropsykiatriska funktionsvariationer;
https://attention.se/.

På hemsidan kan du också hitta en lokalförening nära dig.
Attention sprider kunskap om Npf och skapar viktiga mötesplatser för
dem som själva har diagnos och för dig som är anhörig.