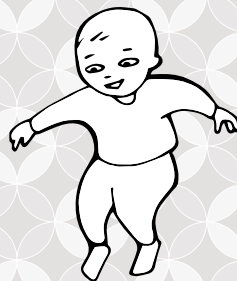


Massage-fabrikken



Alle børn har brug for at få stimuleret deres følesans. Denne er med til at vække kroppen (musklerne) samt stimulere børnenes følelsesliv. Følesansen stimuleres ved hudberøring. Det er vigtigt, at den voksne skaber en tryk og rar stemning. Dette gøres med smil og positiv kontakt samt ved at benævne følelser og egne/barnets handlinger. Det er vigtigt, at barnets grænser aflæses og respekteres.

Forslag til aktiviteten

Der skal være en god temperatur i rummet. Læg evt. nogle bløde tæpper eller dyner ud i rummet, spil noget afdæmpet musik. Du laver forskellige "Tryk stationer".

Tryk station 1: Du trykker og gubber barnet på arme, ben og ryg med fast hånd.

Tryk station 2: Du giver Bjørne-kram og synger: "Bjørnen krammer, bjørnen krammer alle søde børn" mel: "Bjørnen sover" (et rart og varmt knus med varighed efter barnets behov).

Tryk station 3: Du giver barnet fodmassage med flad fast hånd, som ikke kilder under fødderne.

Variationer

- Barnet berøres uden på tøjet, hvis det viser ubehag ved direkte berøring.
- Der kan tænkes forskellige remedier ind fx fodbad med bolde, vand, ris, sne osv. Det kan også være terapibolde, børster og lign.

Find selv på flere variationer.

Bagom aktiviteten

For nogle børn kan det være utrygt at blive berørt. Det er vigtigt at aflæse på barnets kropssprog/mimik, hvilken form for berøring det finder behageligt. Berøringerne afstemmes i forhold til, hvad barnet finder rart.

De fleste børn kan bedst lide massage med fast hånd, da blød massage kan opleves som en ubehagelig kilde. Massage giver tryghed og god kontakt både barn til barn og barn til voksen. Massage giver barnet en bedre fornemmelse af sin egen krop og virker beroligende.

Refleksionsspørgsmål

Hvilke tegn har jeg/vi set hos barnet/børnene (følelse, relation og stemning)?

Hvad har jeg/vi som voksne lært?

- Hvad gik godt? Hvorfor?
- Hvad gik mindre godt? Hvorfor?

Hvad skal jeg/vi særligt være opmærksom(me) på næste gang i forhold til det enkelte barn og børnegruppen?