

# Heimspeki með börnum

*Kennsluleiðbeiningar*

## **Jói og Bína**

Peaches and Babin.

Höfundur: Dr. Linda Pearson, Toycompany.inc

Dúkkur sem geta skipt um svipbrigði en ekki fót. Hægt er að ræða um tilfinningar út frá svipbrigðunum. Dúkkurnar eru ágætis hjálpartæki, með þriggja ára börnum, fyrir heimspekiráðgátuna-Tilfinningar.

Spurningarnar sem hér koma eru hugsaðar sem hugmyndir að spurningum. Hver og einn hópstjóri verður að nota þær spurningar sem honum finnst henta fyrir hópinn með tilliti til aldurs og áhuga.

#### Framkvæmd:

Hægt er að setja upp aðstæður þar sem börnin leika sér með dúkkurnar og ræða um tilfinningarnar samtímis. Til dæmis er hægt að fara í leik þar sem dúkkurnar eru í kaffiboði, fara að sofa, tala saman eða hvað sem er annað sem börnunum dettur í hug.

Hægt er að lesa léttu sögu eða vísu og börnin skiptast á að taka að sér að túlka tilfinningar persónanna með því að skipta um andlit á dúkkunum.

Hægt er að nota Jóa og Bínu líkt og við notum hljóðfærin og litina til að túlka tilfinningar með tónlist og myndlist. T.d. mínar eigin tilfinningar (hvernig líður mér núna) eða í hlutlausara samhengi.

Manstu eftir því þegar þú varst síðast reiður/glaður?

Hvers vegna/hvað gerðist?

Geturðu látið Jóa og Bínu leika það sem gerðist?

#### Reiði:

- Skiptir máli út af hverju maður er reiður?
- Skiptir máli hvort maður er mikið reiður eða lítið reiður?
- Er hægt að vera of reiður?
- Er hægt að vera of lítið reiður?
- Er hægt að vera mátulega reiður?
- Getur maður verið reiður við mömmu?
- Getur maður verið reiður við pabba?
- Getur maður verið reiður við litla bróður/systur?
- Getur maður verið reiður við vin sinn?
- Er hægt að vera reiður við sjálfan sig?
- Er gott að vera reiður?
- Má vera reiður?
- Hvar í líkamanum finnur maður fyrir reiði?
- Hvað er andstæðan við reiði? (Þarf líklega að útskýra vel hvað er andstæða. t.d. með litum hvítt/svart eða þögn/hávaði.)
- Hvernig líður okkur þegar við erum reið? Vel/illa?
- Af hverju?
- Hvernig líður okkur þegar einhver er reiður við okkur? Vel/illa?
- Af hverju?

### Hræðsla/ótti:

- Má vera hræddur við mömmu
- Getur maður verið hræddur við mömmu?
- En pabba?
- En bróður sinn?
- En systur sína?
- En vin sinn?
- Getur einhver orðið hræddur við okkur?
- Getum við orðið hrædd við okkur sjálf?
- Getum við orðið hrædd um eitthvað, til dæmis að eitthvað gerist?
- Má vera hræddur?
- Hvar í líkamanum finnur maður fyrir hræðslu?
- Hver er andstæðan við hræðslu?
- Er hægt að vera bæði hræddur og hugrakkur í einu?
- Hvernig líður okkur þegar við erum hrædd? Vel/illa
- Af hverju?

### Gleði:

- Hvenær erum við glöð?
- Getum við alltaf verið glöð?
- Er hægt að vera bæði glaður og sorgmæddur í einu?
- En glaður og reiður í einu?
- Má vera glaður?
- Hvar í líkamanum finnur maður fyrir gleði?
- Hver er andstæðan við gleði?
- Hvernig líður okkur þegar við erum glöð? Vel/illa?
- Af hverju?

### Depurð/Sorg:

- Hvernig erum við þegar við erum sorgmædd/döpur?
- Út af hverju verðum við sorgmædd?
- Hvað gerum við þegar við erum sorgmædd?
- Er gott að vera sorgmæddur?
- Geta allir verið sorgmæddir?
- Má vera sorgmæddur?
- Hvar í líkamanum finnur maður fyrir sorg/depurð?
- Hver er andstæðan við sorg?
- Hvernig líður okkur þegar við erum sorgmædd? Vel/illa?
- Af hverju?

### Afbryði:

- Getur maður verið afbryðisamur út í bróður sinn/systur sína
- Er maður reiður/glaður/sorgmæddur/hræddur/undrandi þegar maður er afbryðisamur?
- Getur afbryðissemi hjálpað okkur?
- Er gott að vera afbryðisamur
- Má vera afbryðisamur?
- Hvar í líkamanum finnur maður fyrir afbryðissemi?
- Hvernig líður okkur þegar við erum afbryðissöm? Vel/illa?
- Af hverju?

### Svefn/slökun:

- Hvað gerum við þegar við erum sofum?
- Getum við talað saman þegar við erum sofum?
- Getum við talað þegar við erum sofum?
- Getum við hreyft okkur þegar við erum sofum?
- En labbað?
- Hugsum við þegar við erum sofum?
- Sjáum við þegar við sofum?
- Heyrum við þegar við sofum?
- Hver er andstæðan við svefn/slökun?
- Er hægt að vera reiður og í slökun um leið?
- Er hægt að vera glaður og í slökun um leið?
- Má sofa/slaka á?
- Hvernig líður okkur þegar við sofum? Vel/illa?
- Af hverju?

### Undrun/hissa:

- Hvernig erum við hissa?
- Af hverju verðum við hissa?
- Geta allir orðið hissa?
- Hvað gerir okkur hissa?
- Má vera hissa?
- Hvar í líkamanum finnur maður undrunina?
- Hvernig líður okkur þegar við verðum hissa/undrandi? Vel/illa?
- Af hverju?