

Klumpen



Klumpen hjælper børnene til

- At sætte ord på følelser
- At finde ud af, hvor følelser er i kroppen, og hvordan de mærkes
- At kunne se følelser lidt udefra og som noget der kommer og går (eksternaliserende sprogbrug)



Klumpen

- For børn (og voksne) kan det være lettere at begribe og beskrive komplekse følelser gennem billeder
- Emotional distance gør det muligt at forholde sig til egne svære tanker og følelser på en anden måde



Øvelsesbeskrivelse

'Børnene': Fortæller om hver deres klump

Børnegruppelederen:

- Stiller spørgsmål ift. klumpen
- Giver følelsesmæssig støtte
- Faciliterer gruppeprocesser
- Retter fokus mod mestringsforsøg

Observatør: er opmærksom på, hvad der "åbner" eller "lukker" ift. kontakt med barnet/gruppen



Refleksion over øvelsen

Hvordan har det været at være Børnegruppeleder:

- Hvad lagde du mærke til?
- Hvad var svært/nemt?

Hvordan har det været at være barn:

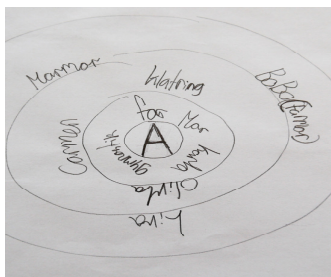
- Hvad gjorde børnegruppelederen godt?
- Hvilke handlinger/ord fik dig særligt til at føle dig set, hørt og forstået?
- Var der noget, du savnede?

Hvad bemærkede du som observatør:

- Hvad er dine observationer ift., hvad der "åbner"/"lukker" barnet?
- Andre observationer...



Netværksskort



Netværkskort – hvordan?

- Børnene tegner en skydeskive med sig selv som centrum
- Opgaven kan lyde: "hvem kan du gå til, når du har det svært ift. skilsmissen?"
- Børnene tegner personer i deres netværk ind på skydeskiven
- Hvem vil du gerne have ind på skiven, som ikke er det endnu? (lav et kasse nederst)



Netværkskort – hvorfor?

- Øvelsen øger børns opmærksomhed på, hvor de kan finde støtte i deres hverdagsliv
- Hjælper til at afsøge ressourcer i netværket ift. skilsmissen – idet det måske ikke er mor/far i denne situation
- Børnenes udfordringer med skilsmissen slutter ikke ved endt gruppeforløb. Derfor giver det mening at kigge på, hvor de kan søge støtte fremadrettet



Særlig opmærksomhed

- Øvelsen kan være sårbar for børn, der ikke oplever at have oplagte støttepersoner omkring sig
- Her bliver det gruppelederens opgave at komme med forslag:
 - En god lærer, en sundhedsplejerske, en fodboldtræner, en kammerats forælder, et kæledyr?



Kend din gruppe



Kend din gruppe

- Et spil som minder om EGO-spillet, hvor man skal gætte andres svar
- Kan med fordel spilles på sidste gruppesamling som en hyggelig afrunding
- De konkrete spilleregler findes i manualen og på intra