

TRIVSELSFORLØB

PAS GODT PÅ DIG



**Nynne &
Hjelpevennerne**



Nynne Bojsen

KONTAKT

Telefon: [+45 60 22 10 72](tel:+4560221072)
info@gladeboernjatak.dk
www.gladeboernjatak.dk

FORESTILLING FOR BØRN

I den interaktive forestilling "Pas Godt På Dig" inviterer Nynne & Hjelpevennerne børn med ind i et magisk univers, som lærer børnene at passe godt på sig selv og hinanden. Forestillingen består af sange og historier om vigtige budskaber samt dialog og øvelser med børnene om, hvad de kan mærke og se. Gennem forestillingen lærer børnene at mærke deres indre flamme (følelser), kende deres magi (kompetencer) samt møde deres Hjelpeven (tryk og ro).

Varighed: 35 min.
Kan foregå i en enkelt klasse samt flere klasser sammen.

UNDERSVINGSMATERIALE

Materialet "Pas Godt På Dig" forankrer og udbygger budskaberne fra forestillingen. Her får børnene tid til at tegne deres Hjelpeven, beskrive deres magi samt tale om, hvad der gør deres indre flamme glad, vred, bange samt andre følelser. Materialet består af tegne-/skriveopgaver, samtaleøvelser samt musik og sange fra forestillingen. Undervisningsmaterialet ligger digitalt og er enkelt at gå til.

FOREDRAG TIL FORÆLDRE

I foredraget bliver forældrene introduceret til budskaberne fra forestillingen samt de erfaringer, teorier og metoder, der ligger bag. Målet er at skabe et fælles sprog mellem skole og hjem samt give forældrene enkle og vigtige værktøjer til at forstå og støtte deres børn.

Varighed: 60 min. samt mulighed for efterfølgende spørgsmål

OPLÆG TIL LÆRERE OG PÆDAGOGER

I oplægget til lærere og pædagoger formidles og diskuteres de teorier og metoder, forløbet er bygget på. Oplægget giver et dybere indblik i børns mestningsstrategier samt konkrete værktøjer til at understøtte børns trivsel på en sjov og enkel måde.

Varighed: 60 min. samt evt efterfølgende spørgsmål

BAGGRUND

Formålet med forløbet "Pas Godt På Dig" er at styrke børns viden om dem selv, deres følelser og deres kompetencer. I en stressfyldt hverdag er det afgørende at kunne regulere sine følelser, vide hvad man er god til, samt have værktøjer til at føle sig støttet og elsket. Det er de områder, dette forløb forsøger at styrke. Forløbet er udviklet på baggrund af mange års terapeutisk erfaring med at hjælpe børn samt bl.a. hjerneforskning, udviklingspsykologi og traumatologi. Nynne Bojsen er uddannet psykoterapeut, familiecoach, EMDR terapeut og Cand.comm. I forestillingen spiller hun sammen med musiker Nikolaj Wolf.

Læs mere på www.gladeboernjatak.dk