

Språket som tankeredskap – å sette ord på egne følelser.

Av Maya Dybvig Joner og Elisabeth R. Filbrandt

Å hjelpe barna i barnehagen å mestre motgang, håndtere konflikter og bli kjent med egne og andres følelser, er et sentralt og viktig arbeid. I følge Liv Gjems viser studier at voksne og barn i liten grad samtaler om følelser i barnehagen¹. I denne teksten beskriver vi tre ulike eksempler på måter å jobbe med sammenhenger mellom språk og følelser på: 1 Rollespill, 2 å Lese om følelser, 3 Tegning. Her er det en forutsetning at den gode samtalen står i sentrum.

Språk som verktøy

I rammeplanen står det at «Språk gir mulighet til å kommunisere og gir identitet og tilhørighet til et fellesskap. Dette er avgjørende for barnets utvikling – både intellektuelt, sosialt og emosjonelt». Det betyr blant annet at språket er viktig på den sosiale arenaen, for eksempel for å skape vennskap, som igjen har stor verdi for barns utvikling. Gjennom språket organiserer vi erfaringer og kunnskap og skaper forståelse av verden rundt oss, og i nesten all kommunikasjon mellom mennesker står formidling av følelser sentralt². Mens følelser som glede, interesse, tilfredshet, trygghet, forbauselse, frykt, avsky og sinne er til stede fra fødselen av, er stolthet, misunnelse, sorg, skam og skyld mer komplekse følelser³. Det er ikke alltid lett å se sammenhenger mellom språk og handling, særlig for yngre barn, og her har de ansatte i barnehagen en viktig rolle. Når barna i barnehagen skal lære å sette ord på følelser, må barnehagens ansatte være til stede i relasjonene med barna som brobyggere. Dette innebærer å hjelpe barna å bygge bro mellom nåværende kunnskap og forståelse og ny kunnskap og ny forståelse.

Hverdagen i barnehagen inneholder naturlige arenaer for å snakke om følelser med barna, for eksempel når barn forhandler i leken. Noen ganger kan hverdagssituasjonene vekke sterke følelser som kan gjøre det vanskelig for barn å forhandle frem sitt perspektiv.

Trine og Peder leker med duplo og har bygget en by de kjører rundt i med hver sin bil. Trine leker mor, far og barn på kjøretur og kjører rolig rundt i gatene på vei til butikken. Peder som elsker «Hot Wheels» racerbiler, raser rundt i byen i høyt tempo og krasjer til tider borti både hus og andre biler. Når Trine, som er en sjenert og stille jente, forsiktig prøver å regissere leken slik at begge kjører forsiktig i gatene, protesterer Peder høyløyt og sier at racerbiler skal kjøre fort og krasjer bilen inn i Trines bil. Noe som resulterer i at Trine blir litt skremt og forlater leken gråtende og såret. Peder sitter igjen, fremdeles sint og kanskje også med en følelse av å bli avvist.

I eksempelet over kommer frykt og sinne i veien for at barna forhandler i leken. I slike konfliktsituasjoner, når ett av barna har forlatt forhandlingen, bør barnas forståelse og fortolkning av hva som skjedde være styrende i samtalen. Det krever kunnskap og tilstedeværelse for å forstå interaksjonene som skjer mellom barna⁴, og for å støtte begge barna i å ta en aktiv rolle igjen og finne en løsning sammen. Barna har kanskje behov for både bekreftelse på egne følelser, hjelp til å sette ord på hva som skjedde og at det skapes en trygg arena hvor begge barnas utsagn får betydning.

Samtaler hvor barn får rom og mulighet for å utforske både egne og andres tanker og erfaringer med følelser, er meningsfulle fordi det handler om det de er opptatt av. Slike samtaler kan være spontane, eller mer planlagte og tilrettelagte for å gi erfaring med å bruke språket som tankeredskap. Barn trenger tid til å prøve ut å kommunisere egne følelser og tanker eller utrykke egne ønsker og behov i ulike situasjoner, og de trenger gjentatte erfaringer over tid. Planlagte eller tilrettelagte samtaler kan være gode supplement til de naturlige situasjonene i hverdagen barna opplever. Barn lærer språk best når de opplever mening i samtalen. Samtaler om det de er opptatt av eller hva som utfordrer dem i hverdagen, er også språkstimulerende aktiviteter. For det er når barna opplever at de blir tatt på alvor at samtalen oppleves ekte, og at samtalen blir meningsfull.

1 Rollespill

Rollespill kan være en inngang til samtale og utforsking av følelser. Rollespill brukes allerede av barnehager, for eksempel i arbeid med barns sosiale ferdigheter. Samtalen er sentral i arbeidet. Det er viktig å skape rom for at barna skal få en arena for meningsskaping sammen, uten at bestemte mål for læring dominerer samtalen til barna.

Enkle rollespill, som å spille ut ulike følelser sammen med andre barn og en ansatt som veileder, kan fungere for de yngre to- til treåringene. «Hvordan sover en modig kanin?», «Hvordan går en sint frosk?», «Hvordan sitter en trist ku?» og så videre. Når barna identifiserer og setter ord på følelser, er det lettere å formidle disse til andre, og dermed lettere å mestre dem⁵. Alt fra enkle rollespill til mer komplekse rollespill kan være arenaer hvor barn kan få utforske følelser «på licksom», samtidig som de blir introdusert for hvordan de kan sette ord på egne følelser.

I mer komplekse rollespill kan barn selv velge hvilke følelser de vil utforske, og på den måten i større grad bli regissører i rollespillet. Leseerfaringer kan være supre innganger til barns egenregiserte rollespill, hvor de kan dra veksler på egne erfaringer med følelser. Kanskje velger de å dramatisere minner fra tidligere konflikter, og prøver ut ulike løsninger på konflikter de selv har opplevd. Andre barn kan da støtte med innspill til alternative løsninger, eller bidra til en samtale som rommer både egne og den andres behov og følelser.. Ved å hjelpe barna med å organisere og skape forståelse for disse, kan den ansatte i barnehagen bidra til utvikling av barnets selvfølelse og selvrespekt.

2 Lese om følelser

Det fine med bildebøker er at de gir felles referanser til et tema, i tillegg til visuell støtte. Dermed kan barn i ulike aldrer eller med ulik grad av språkmestring delta.



Bøkene til Kalle Güettler, Raket Helmsdal og Áslaug Jonsdóttir tar for seg hverdags situasjoner som rommer ulike følelser som sjalusi, vennskap, sinne med mer. Disse bøkene er morsomme, dermed byr de også på humor i tillegg til å ta opp vanskelige følelser.



Forfatteren bruker ulike skriftstørrelser og fonter i fortellingen, «**Nei**, seier eg», og lager slik en mulig modell for formidlingen. Ved å gi fortellingen «liv» gjennom å variere stemmebruken, for eksempel legge trykk på eller heve stemmen når stor uthevet tekst leses, kan handlingen i boken dramatiseres.

Formen på formidlingen kan skape engasjement i barnegruppen og morsomme samtaler om både følelsesordenes innhold, eller hvordan vi og andre uttrykker følelser. Det finnes mange bøker som handler om følelser.

Barnetegninger

Følelser inneholder mange nyanser og kan være kompliserte å forstå. Det er ikke slik at følelsene først eksisterer når barn får ord på dem, selv om sammensatte følelser som skam, flauhet og skyldfølelse i større grad oppleves hos eldre barnehagebarn⁶. De er til stede selv om barna ikke kan sette ord på dem enda, med andre ord opptrer «følelsespråket» mye tidligere enn det verbale språket.

Det er derfor nyttig å legge merke til arenaer hvor barn bearbeider følelsene sine. Tegnesituasjoner kan være en slik arena. Samtalen mellom barna rundt tegnebordet i barnehagen er viktig og barna er innovert mange tema. Barn tegner det de selv er opptatt av og ofte på eget initiativ. De kan for eksempel snakke om innholdet i tegningene sine og måter å tegne på. I småpratene rundt bordet kan vi finne støtte og holdepunkter i vår søken etter det barna har på hjertet. Dette kan være verdifullt i

