

# Lyt med hele kroppen



## Brev til familien og ting, I kan gøre derhjemme

I dag har vi beskæftiget os med at **lytte med kroppen** (Truesdale 1990).

Når du lytter med hele kroppen, er det nemmere at være opmærksom på, hvad andre omkring dig laver, og det viser andre, at du tænker på dem.

Når vi udforsker dette begreb, bliver vi samtidig mere opmærksomme på, hvordan vi lytter, når vi er en del af en gruppe, og på de ordløse signaler, vi sender, når andre taler med og til os. Når vi lytter med hele kroppen og dermed også fokuserer og tænker på gruppen, baner vi vejen for god kommunikation og samspil med andre.

I denne historie tager Evan, Ellie, Jesse og Molly på tur til zoologisk have. De finder ud af, at når alle deres kropsdele holder sig i ro, viser det de andre, at de tænker på dem. Når de lytter med hele kroppen, får de lov at besøge og lære om rigtig mange dyr, og alle har det godt med at være sammen.



I dette eksempel lytter Ellie og Mollie ikke med hele kroppen.



Alle lytter med hele kroppen. Nu er selv geparden glad!

## Ting, I kan prøve derhjemme

Aktivitet  
1

Hjælp dit barn med at blive parat til at lytte med hele kroppen! Før I begynder på en aktivitet sammen – som for eksempel at læse – så brug sprog, der minder barnet om at “tænde” for sin lyttende krop, en kropsdel ad gangen (ører, øjne, arme, hænder, mave, rumpe, ben, fødder). “Nu skal du lytte med dine hænder; derfor skal de ligge stille i skødet.”

Aktivitet  
2

Gør opmærksom på, når dit barn lytter med hele kroppen. “Jeg kan se, at du lytter med hele kroppen. Dine hænder lytter, dine fødder lytter, dine øjne lytter ...” osv.

Aktivitet  
3

Hjælp dit barn med at lægge mærke til, når han/hun ikke lytter med hele kroppen. “Hov, dine øjne lytter ikke! Jeg kan se, at du kigger på dit legetøj, når jeg regner med, at du tænker på mig med øjnene!” Kom med forslag til, hvad man kan gøre for at lytte med hele kroppen. “Vis mig, at du tænker på mig og lytter med øjnene. Nu ser dine øjne på mig, dine hænder er i ro, og du vender dit ansigt og din krop imod mig. Nu ved jeg, at du lytter med kroppen.”

Aktivitet  
4

Spil et spil, eller saml et puslespil sammen, hvor der er kropsdele med. Hr. Kartoffelhoved er et rigtig godt eksempel. Put kropsdelene i en pose, eller gem dem i en spand med ris eller bønner. Lav sjov med at finde delene og anbringe dem på figurens krop. Tal om, hvordan Hr. Kartoffelhoved kan vise, at han lytter med hele kroppen. Gør noget ud af at forklare, hvor svært det er for Hr. Kartoffelhoved, fordi hans krop bliver ved med at gå i stykker.