

## Eqqartoruk – Snak om det – Tegnefilm til børn om psykisk sygdom

### Gratis undervisningsmateriale til 1.-7. klasse

#### Indhold i æsken

Snakkekortene består af:  
22 illustrationskort (med gul bagside)  
10 spørgsmålskort (med grøn bagside)  
10 tankekort (med rød bagside)  
8 følelseskort (med lilla bagside)



#### Målgruppe

Lærere, pædagoger, sundhedsplejersker og andre fagpersoner, der arbejder med børn.

#### Fårmål med snakkekortene

Formålet med snakkekortene er at åbne op for samtaler med børn. Kortene kan bruges som et fælles udgangspunkt, som barnet og den voksne kan tale ud fra.

#### Sådan bruges kortene:

Det kan være svært for børn at tale om, hvordan de har det derhjemme. Specielt når far eller mor har det svært. For at beskytte børnene er det en god idé at tale ud fra "et fælles tredje" – kortene. I stedet for at spørge barnet om, hvordan han eller hun har det derhjemme, kan du spørge om, hvordan barnet på et af illustrationskortene har det.

Spørgsmålskortene, tankekortene og følelseskortene kan bruges når man taler om illustrations-kortene. På alle følelseskortene er der et barometer, så børnene kan fortælle, hvor meget følelsen fylder på en skala fra et til ti. Det kan enten være barnet, der selv vælger hvilke kort, der skal tales om – eller det kan være, at du skal hjælpe med at udvælge de mest relevante kort.

#### Lyt til barnet

Vær nærværende, lyttende og anerkend barnets tanker og følelser. Hvis barnet har lyst til at dele sin egen historie med dig, er det vigtig, at du er opmærksom på dine egne grænser. Hvis det bliver nødvendigt, kan du hencise barnet og evt. Barnets forældre til anden hjælp. Se dokumentet "Hvis en elev bliver berørt", som også ligger på USB'en og på [peqqik.gl](http://peqqik.gl).

#### Undgå terapi

Ved at tage udgangspunkt i kortene undgår du at udøve terapi på det barn, du taler med. Du undgår at spørge direkte ind til barnets egen situation – hvilket oftest er rarest for barnet. Hvis du kommer til at spørge for meget ind til barnets egne oplevelser, vil han eller hun muligvis blive meget ked af det og genopleve nogle ubehagelige oplevelser. Det er en opgave for en psykolog at tale med barnet om egne barske oplevelser, da psykologer har redskaber til at hjælpe barnet.

#### Tegnefilm

Kortene er lavet på baggrund af fem tegnefilm. Det anbefales, at du ser en af tegnefilmene sammen med barnet/børnene inden I går i gang med at bruge kortene.

Find tegnefilmene på USB'en og på [www.peqqik.gl/eqqartoruk](http://www.peqqik.gl/eqqartoruk) og [www.peqqik.gl/snakomdet](http://www.peqqik.gl/snakomdet).

God fornøjelse!