Bamsehandledning vid 4-års besöket



Bamses ”Må bra tidning” och pussel är en metod för att föra ett hälsosamtal med barnet i centrum. Det är främst barnet som är delaktigt. Föräldrarna ges möjlighet till reflektion men utan att vara huvudpersoner. Till er hjälp har ni pusslet som innehåller de sex områden som även tidningen tar upp. Områdena är; att vara tillsammans, sömn, tänder, vatten, frukt och grönsaker, samt rörelse och lek.

Förberedelse

Barnet kan förberedas på vad som ska hända under 4-års besöket redan innan besöket om de hemma t ex har tittat tillsammans i hälsoboken på de bilder som finns.

Du kan närma dig barnet och göra det delaktig genom att vara lyhörd för vilket slags barn och förälder du har framför dig. Oftast känner du både barnet och föräldern väl sedan tidigare. Detta underlättar när du ska presentera Bamsematerialet. En del barn har en kortare uppvärmningssträcka en del barn behöver lite tid och en del kanske känner sig bekväm med att sitta i föräldern knä.

Det kan vara bra om du har förberett innan barnet och föräldern kommer in, så att du har lagt fram Bamsepusslet i en hög och kanske några färgpennor.

Introducera besöket och pusslet

Börja med att presentera vad som är tänkt med besöket i korta ordalag. ”Nu när du är 4 år ska vi göra lite olika saker - här har jag ett pussel med Bamse och hans vänner och här är några pennor du kan rita med. Vad vill du börja med?”

Vill barnet börja med något annat som ingår i besöket så gör det först och återknyt senare till pusslet.

Komma igång

Oftast är det pusslet barnet vill börja med eller så kommer det något senare under besöket. De flesta barn i 4 års- åldern brukar kunna pussla ihop bitarna, några behöver uppmuntran eller bekräftelse från dig eller föräldern, ibland behöver du hålla fast bitarna så de inte glider isär.

Det kan vara frustrerande om pusselbitarna åker loss när de precis fått dem på plats och börjat på nästa pusselbit. Ibland behöver du ge ledtrådar för att barnet ska fortsätta och pussla: ”Vilka fler bitar har boll på sig? Var leder Skalmans sugrör?”

Handledning framtagen av Ssk Ing-Marie Larsson och psykolog Mona Bryggman.
Närhälsan, Central Barnhälsovård, VGR, juni 2017.

Samtal om pusslet



Här är det meningen att höra vad 4 åringen själv tänker om de olika bilderna på pusslet. Ibland blir det långa berättelser om vad figurerna gör och ibland blir det mer kortfattat. Försök då fråga på ett intresserat och öppet sätt t ex ”Vad tror du det är i glaset? Vad brukar du dricka när du är törstig? Vilka frukter ser du på bilden? Vilka frukter gillar du?”

Ibland kan det underlätta för barnet om du pekar på bilderna och benämner vad som finns på bilderna. Efter en stunds samtal kan du sammanfatta vad barnet har berättat t.ex. ” Du har berättat för mig att du gillar vatten, gurka och brukar busa med din kompis på förskolan”.

Du kan även avgöra om du vill fylla på med något eget som passar t.ex. att ”Skalman tänker på att borsta sina tänder morgon och kväll och att han har en mat- och sovklocka så han vet när han ska sova och vara vaken”.

Lämna även ut Bamsetidningen och uppmuntra föräldern och barnet att gemensamt läsa och prata vidare hemma. Har de några funderingar som de vill ta upp med dig så är de välkomna att höra av sig. På mittuppslaget i tidningen har de Bamsepusslet. Ett tips kan vara att barnet får visa tidningen för den förälder/syskon som inte var med på besöket och berätta vad de fått göra under 4-års besöket.

Efterarbete

Fullfölj hela besöket och reflektera kort efteråt. Hur såg besöket ut med barnet och föräldern? Hur tror du barnet upplevde besöket? Var det något du behöver följa upp? Nytt besök? Telefonkontakt? Vad kände du själv under besöket?

Dokumentera!



Bild: Egmont förlag

Handledning framtagen av Ssk Ing-Marie Larsson och psykolog Mona Bryggman.
Närhälsan, Central Barnhälsovård, VGR, juni 2017.