

# LÄRARHANDLEDNING KÄNSLOFORSKARNA

Välkomna att höra av er med frågor och synpunkter:



[www.tigerbrand.se](http://www.tigerbrand.se) [cirkustigerbrand@telia.com](mailto:cirkustigerbrand@telia.com) tel. 08-665 80 18

## UPPLÄGG

Känsloforskarna handlar om känslor på många olika sätt. Vi talar både om vad som fysiskt händer i kroppen och hur känslor påverkar oss i vardagliga situationer och lite om hur vi kan hantera dem på bättre och sämre sätt. Föreställningen är därför en utmärkt utgångspunkt för ett större fördjupande arbete kring känslor och empati.

På naturkunskapen kan man prata vidare om vad som fysiskt händer i kroppen när man får olika känslor. På livskunskapen/hälsa/mentortimmen kan man hjälpas åt att komma med tips om olika sätt man kan hantera och bearbeta känslor som vrede och sorg. På svenskan kan man skriva och läsa dikter om känslor. På idrotten kan man prata om (och pröva) hur känslor kan påverka ens prestation och vilka trick idrottare har för att använda sig av det. På musiken kan lyssna på musik om känslor eller musik som påverkar ens känslor (se övning nedan)- vad vore musik utan känslor? På bilden kan man måla utifrån en känsla. På engelskan kan man titta på uttryck och ord för känslor på engelska och diskutera nyanserna...

## TIPS PÅ ÖVNINGAR OCH MATERIAL I SAMBAND MED FÖRESTÄLLNINGEN

### INNAN BESÖKET

#### VAD ÄR KÄNSLOR BRA FÖR?

- Be eleverna skriva om eller diskutera detta. Eller skriv på postitlappar och sätt upp på tavlan.

#### LYSSNA PÅ MUSIK/MÅLA

- Är musiken arg, glad, ledsen? Slut ögonen. Hur känns det i kroppen? Ser ni några bilder till musiken? Kan ni rita dem?

#### SKRIVÖVNING

- Be eleverna skriva en kort text eller en dikt utifrån t.ex. ”Vad blir du glad av?”, ”Vad gör du när du blir arg?” eller ”När blir du rädd?”

## EFTER BESÖKET

### DISKUSSIONSÖVNINGAR

- Efter föreställning brukar det vara ett bra tillfälle att prata om känslor och våra olika sätt att förhålla sig till dem. Exempel på frågor att utgå från är:  
*Var i kroppen sitter kärlek? Vad kan man göra för att få någon att bli glad? Hur vill du bli tröstad? Finns det "fula" känslor? Vill du vara ifred när du är arg?*
- Ta fram de papper med ansikten ni fick under föreställningen. Låt eleverna jämföra sina papper i grupper. Har de alla tolkat ansiktena likadant? Be dem berätta varför de tror att ett ansikte har den känsla de valt. Man kan också skriva en historia om ett av ansiktena.

### FOTOÖVNING

- Fota eleverna när de visar hur de ser ut vid olika känslor. Be dem skriva hur de vill bli behandlade när de ser ut som på bilden. Sätt upp på väggen.

### BILDÖVNINGAR

- Låt eleverna rita hur olika känslor känns.
- Rita er själva på ett papper och måla in var era olika känslor sitter.

### MUSIK OM KÄNSLOR

Mellanstadiet

Bröderna Lindgren: Vuxen barnmusik, Meningen med livet

Andres och Putte: Känsliga bitar

Högstadiet:

Be eleverna själva välja och spela sin favoritmusik om känslor. Eller vad de lyssnar på när de vill bli på ett visst humör eller är på ett visst humör.

### WEBBSIDOR OM KÄNSLOR

För eleverna:

På den här sidan kan ni bidra till forskning (riktig forskning!) om var känslor sitter i kroppen. (på engelska)

<http://becs.aalto.fi/~lnummen/participate.htm>

UMO = Din ungdomsmottagning på nätet. Jättebra sida även om sorg etc.

<http://www.umo.se/Karlek--vanskap/vad-hander-i-kroppen-nar-man-blir-foralskad/>

SO rummet om känslor. Vidare länkar till fler artiklar  
<http://www.so-rummet.se/kategorier/kanslor-och-sinnen>

Enkelt och roligt om ansiktsuttryck och känslor på engelska  
<http://www.jannilla.se/tag/surprise/>

Tusen år av skräck. Skräck och rädsla är svåra att definiera men lätta att känna igen. Fin liten film från svenska YLE, Finland. Här finns också Tusen år av smärta.  
[http://vetamix.net/video/tusen-%C3%A5r-av-skr%C3%A4ck\\_1412](http://vetamix.net/video/tusen-%C3%A5r-av-skr%C3%A4ck_1412)

Diverse andra artiklar och filmer:

<http://www.dn.se/nyheter/vetenskap/ditt-ansikte-avslojar-dig/>

<http://kpwebben.se/Skoj/Tavlingar/Karlek-blir-till-i-hjarnan>

<http://www.ur.se/Produkter/183888-Pirr!-Att-kanna-karlek>

<http://www.ur.se/Produkter/173838-Snuggle-with-Pam-Guilt-and-Shame> (för högstadiet!)

<http://www.ur.se/Produkter/169461-Helt-blackout-Radsla-dodar-inte> (högstadiet)

Mer för lärare och pedagoger:

<http://www.ur.se/Produkter/184763-En-bok-en-forfattare-Orolig-och-blyg-i-skolan>

<http://www.ur.se/Produkter/165315-Barnministeriet-Dokumentar-Barn-och-karlek>

<http://www.ur.se/Produkter/165253-Helt-normalt-Blyghet>

<http://www.ur.se/Produkter/179002-UR-Samtiden-En-vetenskapskvall-Kanslor-och-medkanslor>

<http://www.ur.se/Produkter/160674-UR-Samtiden-Hjarnans-dag-Himmel-eller-helvete-om-kanslor>

<http://fof.se/tidning/2009/6/hon-ser-vara-skuggsidor-genom-historien>

<http://blog.svd.se/historia/2012/01/04/vad-skamtade-man-om-under-antiken/>

<http://www.alba.nu/sok?search=historia&tags=Tema&onPage=4&showArticle=19169>

<http://www.popularhistoria.se/artiklar/skrattets-medeltida-mening/>