



Oslo

Fjær- sangen

«Fjærsangen» kan være en av mange veier inn for å støtte barna i sin utforskning av sanseapparatet sitt. Den taktile kommunikasjonen er grunnleggende for barnets totale utvikling. «Fjærsangen» stimulerer berøringssansen og skjerper alle andre sanser. Etter hvert kan man prøve seg fram med ulikt materiale: Blader, mose, strå, glatte steiner, myke sminkekoster eller øret til barnets kosekanin.

Mange bruker sangen som en start på en hvilestund. La barna legge seg ned hvis de vil. Ta imot og gi rom for følelser og tanker som dukker opp gjennom sangen. Etter hvert kan man synge om andre steder på kroppen som barna foreslår (nakken, nesa, knærne). Husk at nonverbale forslag er like viktige som verbale!

Musikk kan være avspenning, avkobling og hvile. Men på samme tid er det påkobling, refleksjon og bearbeiding av opplevelser. En lyttestund gir barna mulighet til å oppdage musikkens mangfoldige verden. Her oppøves lyttesansen, som er selve forutsetningen for både språklig bevissthet og et godt verbalspråk.

Fjærsangen har en egen stemning som gjør at barn og voksne finner en samstemt ro. Sangen inviterer til å være til stede her og nå. Det forsterkes i det taktile møtet mellom barna; de varme blikkene som løftes når vi er nær hverandre og samhandlingen som oppstår når pulsen senkes hos små og store.

Å bli strøket på med en fjær eller en god hånd kan vekke gode følelser. I «Fjærsangen» gis barna mulighet til å vise godhet og respekt for hverandre. Vær oppmerksom på at berøring oppleves ulikt for alle barn. Dette er en del av barnas utprøving og utvikling i å regulere egne følelser og grenser. Ta barnas signaler på alvor.

Husk at det å hvile er en trenings-sak. Det kan være veldig vanskelig for noen i starten, ofte for de som trenger det mest, men SÅ deilig når man endelig klarer å nyte det! Skap forutsigbarhet og trygghet i hvilesituasjonen. Ritualer og gjentakende musikk med en bestemt varighet er trygt og godt.



Sangen kan også bli en søvnig godnattsang og en god avslutning på dagen for barna sammen med mamma eller pappa.



Fjærsangen

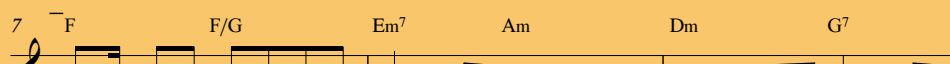
Mette Thiedemann.



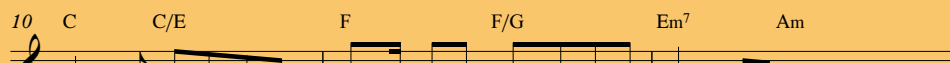
Her er hånden din den er myk og fin kjenn så godt det kiler
kin - net ditt det er mykt og fint kjenn så godt det kiler
hal - sen din den er myk og fin kjenn så godt det kiler



1.2. G G/H C 3. G G/H C
stryk den lett og mildt her er stryk den lett og mildt
stryk det lett og mildt her er



7 F F/G Em7 Am Dm G7
Kan skje får du stry-ke litt på vennen din hvis du spør veldig pent og du



10 C C/E F F/G Em7 Am
får et nikk tilbake kanskje får du stryke litt på vennen din og hvis du



13 Dm7 G
lukker øynene i - gjen er det ekstra deilig her er



16 C C/H C/A C/G F G G/H C
armen din den er myk og fin kjenn så godt det kiler stryk den lett og mildt

**Fra albumet
«Sprell i jungelen».**

Kurs og inspirerende
musikkvideoer finnes på
YouTube: [https://bit.ly/
sprelltube](https://bit.ly/sprelltube)