

MANU

Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik
Barnet på 5 og 6 år



Samtaleark, døgnehjul, mindmap og vigtige udsagn

1. Ilaqutariinni ulluinnaq

Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

- »Qujanaq pulaarlunga oqatigiartorsinnaagakkit. Ullumikkut ilaqutariinnissinni ulluinnaq pillugu oqaloqatigiissaagut.«
- »Uannit pulaarneqarnerit pillugu qanoq isumaqarpit?«
- »Neriuppunga ilaqutariittut ulluinnaassinnut nutaanik ataatsimooriaatsinik isumassarsitissinnaassallusi. Assigiinngitsutigummi nuannersumik ilaqutariittoqarsinnaavoq.«

Ilaqutariinni ulloq unnuarlu

- »Ulluinnaarsi ilisimanngilara. Oqaloqatigiissutigilluarniassavarput oqaluttuutilaarsinnaavinga?«
- »Ulluinnaassinni ilinnut immikkut ittumik pingaaruteqartoqarpa?«
- »Ulloq unnuarlu assakaasoq ikiorsiullugu ulluinnaarsi nalinginnaasoq tamaat isiginiarlugu sanatigu.«

Ilaqutariinneq

- »Ilaqutariit tamarmik ajornartitaqartarput. Ilissinni qanoq ippa?«
- »*Mindmaps* misilillugu immersorsinnaasarput nassarpara. Ulluinnaassinni nuannarisatit takusinnaalersissinnaavai, ingerlalluurtutullu isiginngisatit ersarissisillugit.«
- »Qanoq meeqqassi ulluinnaarsi misigisarneraa oqaloqatigiissutigullu pillugit eqqarsateqarpit?«

Mindmap atulerussiuk, ima aperisinnaavutit:

- »Ulluinnaassinni arlaannik naleqartitaqarpit?«
- »Ulluinnaassinni arlaannik immikkut unamminartoqarpa?«

Angajoqqaat eqqaasai mindmappimut allakkit, taannalu angajoqqaat tigusinnaavaat. Qalipaait assigiinngitsut atorsigit, taava angajoqqaap nuannarisai unamminarisaalu ersarissumik immikkoortissinnaassapput.

Suut ilissinnut pingaaruteqarpat

Atorneqarsinnaavoq

- »Ilaquttanni suna pingaaruteqarpa?«
- »Allaanermik iliuuseqarusuttarluarpit?«

Ulluinnaq pillugu eqqarsaatit nutaat

- »Maanna suna allaanertut itsikkusunnerit pillugu oqaloqatigiissaagut.«
- »Allannguerusukkuut qanoq iliorusuppit?«
- »Allannguinnissamut suna aporfusinnaava?«
- »Kia ikiorsinnaavaatit?«

Oqaloqatigiinnerup naanera

- »Ukua eqqartulaareerpagut [pingaarnernik uteqqiilaassaait].«
- »Ulluinnaarsi pillugu oqaloqatigalunga qanoq ippa?«
- »Oqaloqatigiinnitsinni suna pissarsiaqaatigaajuk?«
- »*MANU Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik* pillugu oqaloqatiginneqqikkusuppit, tassani eqqartussavagut...?«

1. Hverdagen i familien

Opstart af samtalen

- »Jeg er glad for at jeg måtte komme på besøg og tale med dig. I dag skal vi tale om jeres hverdag i familien.«
- »Hvad tænker du om at få besøg af mig?«
- »Jeg håber, jeg kan give jer nogle idéer til nye måder at være familie på i hverdagen. Der er jo mange gode måder at være familie på.«

Et døgn i familien

- »Jeg kender ikke jeres hverdag. Vil du beskrive den for mig, så det bliver lettere for os at tale om den?«
- »Er der noget, der er særlig vigtigt for dig, at vi taler om i forhold til jeres hverdag?«
- »Jeg foreslår, at vi forsøger at få et overblik over en almindelig hverdag hos jer ved hjælp af døgnhjulet.«

Familielivet

- »Mange familier har noget, de synes er svært. Hvordan er det her os jer?«
- »Jeg har taget *mindmaps* med, som vi kan prøve at udfylde sammen. Det kan give et overblik over det, som du er glad for i jeres hverdag, og det som du ikke synes fungerer så godt.«
- »Hvordan tror du, jeres barn oplever jeres hverdag og det, vi har talt om?«

Når I skal bruge mindmappet, kan du spørge:

- »Er der noget, du sætter særligt pris på i jeres hverdag?«
- »Er der noget, som er særligt udfordrende i jeres hverdag?«

Skriv det, forælderen nævner, i et mindmap, som forældrene kan beholde. Brug forskellige farver, så I tydeligt kan se forskel på det, forælderen sætter pris på og det, forælderen synes er udfordrende.

Hvad er vigtigt for jer

- »Hvad er vigtigt i din familie?«
- »Er der noget, du ønsker, skal være anderledes?«

Nye tanker om hverdagen

- »Nu skal vi tale om, hvad du godt kan tænke dig skal være anderledes.«
- »Hvad vil du gøre for at opnå det, du gerne vil?«
- »Hvad kan gøre det svært at opnå forandring?«
- »Hvem kan hjælpe dig?«

Afslutning af samtale

- »Nu har vi talt lidt om [du opsummerer de vigtigste punkter].«
- »Hvordan var det at tale med mig om jeres hverdag?«
- »Hvad har du fået ud af samtalen?«
- »Har du lyst til en ny snak om *MANU Barnet på 5 og 6 år*, hvor vi snakker om ...?«

2. Meeqqanut inersimasunullu sammisassat pinnguaatillu

Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

- »Ullumikkut eqqartussavarput...«
- »Una oqaloqatigiinnissaq qanoq isumaqarfigaajuk?«

Suut ataatsimoorfigisarpisigit?

- »Suut sammisassat ilaqutariit ataatsimut sammisarpaat?«

Angajoqqaat eqqaasaat mindmappimut allakkit, taannalu angajoqqaat tigusinnaavaat.

- »Suut sammisassat ataatsimoorlusi sammerusussinnaavisigit?«

Ataatsimoorangassi

- »Meeqqavit sunik sammisaqaqatigalugu nuannariviuk?«
- »Meeqqavit sunik sammisaqaqatigalutit nuannaraa?«
- »Meeqqavit allat sunik sammisaqaqatigerusuttanngilai?«
- »Meeqqat sulissanut ilaanissani pillugu qanoq isumaqarpa?«
- »Ataatsimoornermi qanoq nuannaarnerulersitsisinnaavit aamma qanoq ajuallassimaartitsisinnaavit?«

Silamiinneq aamma illup iluaniinneq

- »Silamiikkaangassi ataatsimut sulerisarpisi?«
- »Suut silami pinnguarisarpisigit?«
- »Suut illup iluani pinnguarisarpisigit?«
- »Angajoqqaatut suut pinnguarissallugit nuannerunartippigit?«
- »Nalinginnaasumik sammineq ajukkassinnik iliuuseqarusuppit?«

Kisitsisinik kortit pinnguaallu imatut atussavasi

Kisitsisinik kortinik pinnguaat imaluunniit pinnguaat qanoq pinnguarineqartarnersoq takuteqqaarsinnaavat.

Isiginnaarummi misigisat

- »Ilaqutariinni isiginnaarutit qanoq isumaqarfigaasigit?«
- »Meeqqat saqqumisumik atuigaangami sulerisarpa? Meeqqavit isiginnaagassiat, pinnguaatit, video-t, nangeqattaartut filmilluunniit aaliangersimasut soqutigineruai?«
- »Illit imaluunniit meeqqat akunnernik amerlavallaartunik isiginnaarummik atuisarpisi?«
- »Tamanna ajornartorsiutaappat, arlaannik allannguerusuppit?«

Oqaloqatigiinnerup naanera

- »Ukua eqqartulaareerpagut [pingaarnernik uteqqiilaassaatit].«
- »Ulluinnarsi pillugu oqaloqatigalunga qanoq ippa?«
- »Oqaloqatigiinnitsinni suna pissarsiaaraajuk?«
- »MANU Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik pillugu oqaloqatiginneqqikkusuppit, tassani eqqartussavagut...?«

2. Aktiviteter og leg for børn og voksne

Opstart af samtalen

- »I dag skal vi tale om...«
- »Hvad tænker du om, at vi skal have denne samtale?«

Hvad er I sammen om?

- »Hvilke aktiviteter er hele familien sammen om?«

Skriv det forælderen nævner i et mindmap, som forældrene kan beholde.

- »Hvilke aktiviteter kunne I godt tænke jer at gøre sammen?«

Når I er sammen

- »Hvad kan du godt lide at lave sammen med dit barn?«
- »Hvad kan dit barn lide at gøre sammen med dig?«
- »Hvad kan dit barn ikke lide at gøre sammen med andre?«
- »Hvad synes dit barn om at deltage i praktiske opgaver?«
- »Hvad kan du gøre for at skabe mere glæde og mindre misstemning, når I er sammen?«

Ude og inde

- »Hvad gør I sammen, når I er udenfor?«
- »Hvad leger I ude?«
- »Hvad leger I inde?«
- »Hvad kunne du som forælder tænke dig, at I skal lege?«
- »Er der noget du kunne tænke dig at gøre, som I ikke gør i dag?«

Sådan bruger I talkort og spil

Du kan starte en leg med talkortene eller vise familien, hvordan man bruger spillet.

Oplevelser ved skærmen

- »Hvordan har I det med skærme i jeres familie?«
- »Hvad laver dit barn, når det bruger skærm? Er det nogle bestemte kanaler, spil, videoer, serier eller film som dit barn interesserer sig for?«
- »Bruger du eller dit barn for mange timer ved skærmen?«
- »Hvis det er et problem, er det så noget, du gerne vil ændre?«

Afslutning af samtale

- »Nu har vi talt lidt om [du opsummerer de vigtigste punkter].«
- »Hvordan var det at tale med mig om jeres hverdag?«
- »Hvad har du fået ud af samtalen?«
- »Har du lyst til en ny snak om *MANU Barnet på 5 og 6 år*, hvor vi snakker om ...?«

3. Meeqqavit perorsarnera

Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

- »Ullumikkut eqqartussavarput...«
- »Una oqaloqatigiinnissaq qanoq isumaqarfigaajuk?«

Meeqqat isumaqarlunilu piumassuseqarpoq

- »Meeqqallu immissinnut paaseqatigiillaqqippisi?«
- »Qanoq immissinnut paasisimallusi takusinnaasarpik?«
- »Qaqugukket meeqqannut iliuuseqqusat paasineq ajorpaa? Taava meeqqat qanoq qisuariartarpa?«
- »Meeqqat paasinngikkaangakku, qanoq iliortarpit?«
- »Qanoq iliussavit immissinnut paasisinnaalluarnerulissagussi?«

Meeqqavit misigisai

- »Meeqqat arlaannik akulikitsumik aporaaffimmini iliuuseqartarpa? S.i. nateq tukkarlugu, kamaammernermi nillialluni, qialluni imaluunniit...?«
- »Meeqqallu aporaaffeqartillusi arlaannik illit iliuuseqakkajuttarpit? S.i. nilliallutit, oqarlutit 'uteqattaarerusungilanga' imaluunniit...?«
- »Aporaaffisi aalajangersimasuuppat? S.i. naveersillutit – meeqqat nilliavoq -nipitunermik nilliaavutit meeqqallu qialerluni, imaluunniit ...?«

Ajornarneruleraangat

- »Qaqugukket nalornisarpit?«
- »Qaqugukket kamattarpit?«
- »Qaqugukket tunniutiinnaqqajaasarpit?«
- »Qaqugukket aliatsattarpit?«
- »Oqaluttuarisanni pisuni qanoq iliuuseqarusukkaluarpit?«

Ersarissumik nuannersumillu inersimasuuneq

- »Ersarissumik nersimasuuneq qanoq paasisassaava? Angajoqqaat assigiinngitsutigut ersarissuusinnaapput.«
- »Meeqqavit legonik torersaaneq pillugu assigiinngitsunik ersarissunik nassuiaanerit meeqqamut qanoq misigisitsinersut eqqarsaatigisarpik?«
- »Legot natermi siaruateqqapput. Assersuutigalugu oqarsinnaavutit:
 - o 'Torersaassaait.'
 - o 'Legotit karsimut iliorarukket qujanassagalarpoq.'
 - o 'Legotit natermi siaruateqqapput. Torersaaqatigiissaagut?«
- »Meeqqannut qanoq ersarissumik takutitsisarpit?«

Eqqarsaatit nutaat

- »Suna allaanerusumik iliuuseqarfigerusuppiuk?«

Oqaloqatigiinnerup naanera

- »Ukua eqqartulaareerpagut [pingaarnernik uteqqiilaassaait].«
- »Ulluinnarsi pillugu oqaloqatigalunga qanoq ippa?«
- »Oqaloqatigiinnitsinni suna pissarsiaajuk?«
- »MANU Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik pillugu oqaloqatigineqqikkusuppit, tassani eqqartussavagut...?«

3. Dit barns opdragelse

Opstart af samtalen

- »I dag er skal vi tale om ... fordi...«
- »Hvad tænker du om, at vi skal have denne samtale?«

Dit barn har meninger og vilje

- »Synes du, at du og dit barn har let ved at forstå hinanden?«
- »Hvordan kan du se, om I har forstået hinanden?«
- »Hvornår forstår dit barn ikke det, du gerne vil have det til at gøre? Hvordan reagerer dit barn så?«
- »Når du ikke forstår dit barn, hvad gør du så?«
- »Hvad kan du gøre, for at I kommer til at forstå hinanden bedre?«

Dit barns oplevelser

- »Er der noget dit barn ofte gør, når det har en konflikt? Fx stamper i gulvet, råber i raseri, græder eller...?«
- »Er der noget du ofte gør, når du har en konflikt med dit barn? Fx råber, siger 'jeg orker ikke en gang til' eller...«
- »Er der et mønster i jeres konflikter? Fx at du skælder ud – dit barn råber -du råber højere og dit barn begynder at græde, eller ...?«

Når det er ekstra svært

- »Hvornår bliver du usikker?«
- »Hvornår bliver du gal?«
- »Hvornår bliver du for eftergivende?«
- »Hvornår bliver du ked af det?«
- »Hvad ville du ønske, du gjorde i de situationer, du beskriver?«

At være en tydelig og positiv voksen

- »Hvad vil det sige at være en tydelig voksen? Forældre kan være tydelige på mange måder.«
- »Hvordan tror du barnet oplever de forskellige måder at være tydelig på i beskrivelsen af oprydning af legoklodser?«
- »Legoklodserne ligger spredt ud over hele gulvet. Du kan fx sige:
 - o 'Du skal rydde op.'
 - o 'Det vil være dejligt, hvis du lægger dine legoklodser op i kassen.'
 - o 'Dine legoklodser ligger spredt ud over hele gulvet. Skal vi hjælpes ad med at rydde op?«
- »Hvordan er du tydelig overfor dit barn?«

Nye tanker

- »Hvad har du lyst til at gøre anderledes?«

Afslutning af samtale

- »Nu har vi talt lidt om [du opsummerer de vigtigste punkter].«
- »Hvordan var det at tale med mig om jeres hverdag?«
- »Hvad har du fået ud af samtalen?«
- »Har du lyst til en ny snak om *MANU Barnet på 5 og 6 år*, hvor vi snakker om ...?«

4. Meeqqat meeqqat allat ilagalugit

Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

- »Ullumikkut ... eqqartussavarput pissutigalugu ...«
- »Oqaloqatigiinnissarput qanoq isumaqarfigaajuk?«

Meeqqat meeqqat allat ilagalugit

- »Meeqqat ikinngumminik qanitaminik pinnguaqateqarluartarpa?«
- »Pinnguaqatigiikkaangamik sulerisarpat?«
- »Meeqqat meeqqat allat akornanniissinnaava? Aporaaffeqallattaasarpat?«
- »Pinnguaqatigisartagai ilissinnut pulaartarpat, imaluunnit meeqqat pinnguaqatigisartakkaminut pulaartarpa?«
- »Meeqqat meeqqat aallat ilagigaangagit qanoq ittarnersoq oqaluttuarisinnaaviuk?«
- »Meeqqat akulikitsumik pinnguaqatigiinnut ilaasarpa imaluunniit avataaniittarpa?«

Ikinngutigiinnerit nutaat

- »Meeqqat atuarfimmi/meeqquvimmi nutaanik ikinngutitaarpa?«
- »Meeqqat imminnut nuannarippat? Imaluunniit aporaaffeqallattaasarpat?«
- »Meeqqat akornanni aporaattoqartillugu qanoq iliortarpit?« – »Allamik iliuseqarsinnaavit?«
- »Meeqqat ikinngutinilu kamaassimallutik oqaluttuarpat qanoq iliussavit? Qanoq oqassavit?«

Meeqqannut maligassiuussisuuvutit

- »Meeqqannut qanoq maligassiullaarsinnaavit?«

Meeqqavit ikinngutai

- »Ajornartoqartillugu imaluunniit pinnguaqatigiinnissamut isumaqatigiinnissamut pilersaarusiorniarussi meeqqavit ikinngutaata ilaqtai oqaloqatigisinnaavigit?«
- »Ajornartikkukku, taava qanoq ajornannginnerulersissinnaaviuk?«

Angajoqqaanut atuakkami MANU Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik-mi immikkoortoq »Meeqqat aqqutissiuullugu ikiorsinnaavat« qupperneq 78/79-imi takussutissiunneqartut aallaavigisinnaavatit.

Oqaloqatigiinnerup naanera

- »Ukua eqqartulaareerpagut [pingaarnernik uteqqiilaassaait].«
- »Ulluinnarsi pillugu oqaloqatigalunga qanoq ippa?«
- »Oqaloqatigiinnitsinni suna pissarsiaaajuk?«
- »MANU Meeraq 5-nik aamma 6-nik ukiulik pillugu oqaloqatigineqqikkusuppit, tassani eqqartussavagut...?«

4. Dit barn sammen med andre børn

Opstart af samtalen

- »I dag skal vi tale om ... fordi ...«
- »Hvad tænker du om, at vi skal have denne samtale?«

Dit barn sammen med andre børn

- »Har dit barn gode legekammerater, som det er tæt knyttet til?«
- »Hvad leger de, når de er sammen?«
- »Har dit barn det godt med de andre børn? Har de mange konflikter?«
- »Kommer legekammeraterne med hjem til jer, eller kommer dit barn med hjem til legekammeraterne?«
- »Kan du prøve at beskrive, hvordan dit barn er, når det er sammen med andre børn?«
- »Er dit barn ofte med i eller uden for de legegrupper, der er?«

Nye venskaber

- »Har dit barn fået nye venner i skolen/børnehaven?«
- »Har børnene det godt med hinanden? Eller er der mange konflikter?«
- »Hvad gør du, når der er konflikter mellem børnene?« – »Er der noget andet, du kan gøre?«
- »Hvad gør du, hvis barnet fortæller om, at det er blevet uvenner med sin ven? Hvad siger du?«

Du er en rollemodel for dit barn

- »Hvordan kan du være en god rollemodel for dit barn?«

Dit barns venner

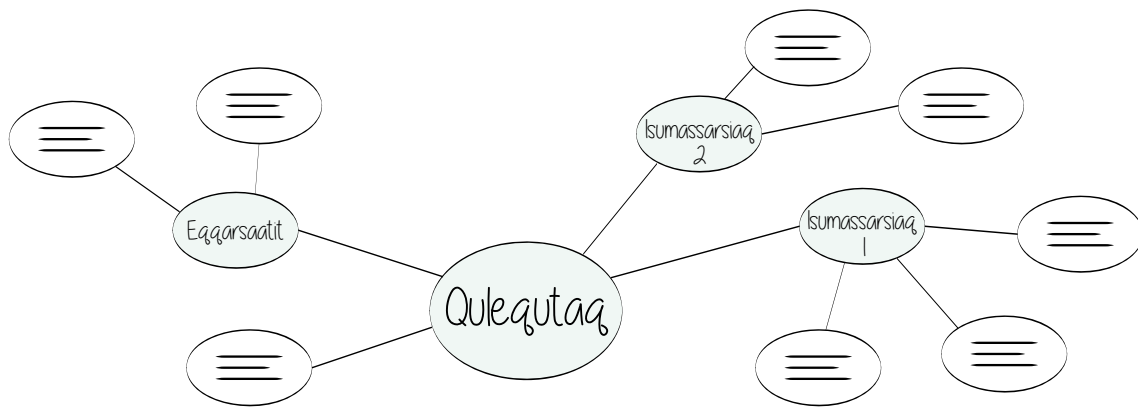
- »Kan du tale sammen med familien til dit barns ven, hvis der er problemer, eller når der skal laves legeaftaler?«
- »Hvis det er svært, hvad kan du så gøre, for at det bliver bedre?«

Tag eventuelt udgangspunkt i eksemplerne i forældrebogen i afsnittet »Du kan hjælpe dit barn på vej« side 78/79.

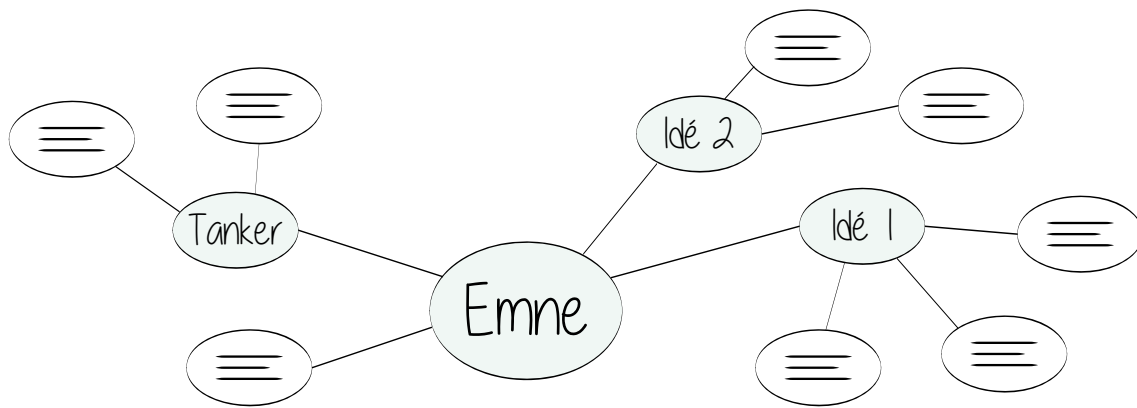
Afslutning af samtale

- »Nu har vi talt lidt om [du opsummerer de vigtigste punkter].«
- »Hvordan var det at tale med mig om jeres hverdag?«
- »Hvad har du fået ud af samtalen?«
- »Har du lyst til en ny snak om *MANU Barnet på 5 og 6 år*, hvor vi snakker om ...?«

Mindmap



Mindmap



Husk: I kan selvfølgelig tilføje nye felter og streger efter behov.

Angerlarsimaffissinni

Ilaqutariinni pingaaruteqarsinnaasut pillugit oqaaseqaat.

- Qungujunnartunik illarnartunillu sammisaqarneq
- Nerisassaqarneq
- Allanut ajunngitsumik pissuseqarneq
- Immissinnut piffissaqarfigineq
- Imminut isumagisinnaaneq
- Ajornartut avaqqunniarsaralugit
- Kalaaliminertorluni
- Meerartaqarani kisimiilaarluni
- Unneqqarilluni
- Inuunerissaarluni
- Allat ikiorlugit
- Pinngortitamiilluni
- Aalaqatigiilluni
- Ileqqutoqqat malillugit meeqqat perorsarlugit
- Ajornanngitsumik aaqqiissutissanik toqqaalluni
- Imminut paaralunga
- Siulikka ataqqillugit piorsarsimassuserlu aallullugu
- Ataatsimut sammisaqarluni
- Meeqqakka illersorlugit
- Kisimiiqqarnissamut periarfissaqarneq
- Imminut allallu ajunngitsumik eqqartortarnissaat
- Meeqqakka nutaanik tunillugit
- Ataatsimut nutaanik pilersitsiniaalluni
- Meeqqat namminneq aaliangiisinnaasut
- Nerisassioqatigiilluni
- Ikinngutit ilagalugit
- Inuit akornanniitsikkusuttuaannarlugit
- Kisimiinnaveersaarluni
- Aporaatereermermi utoqqatserfigineqarluni
- Nalaasaarfimmi eqqissisimaarluni

- Alla:

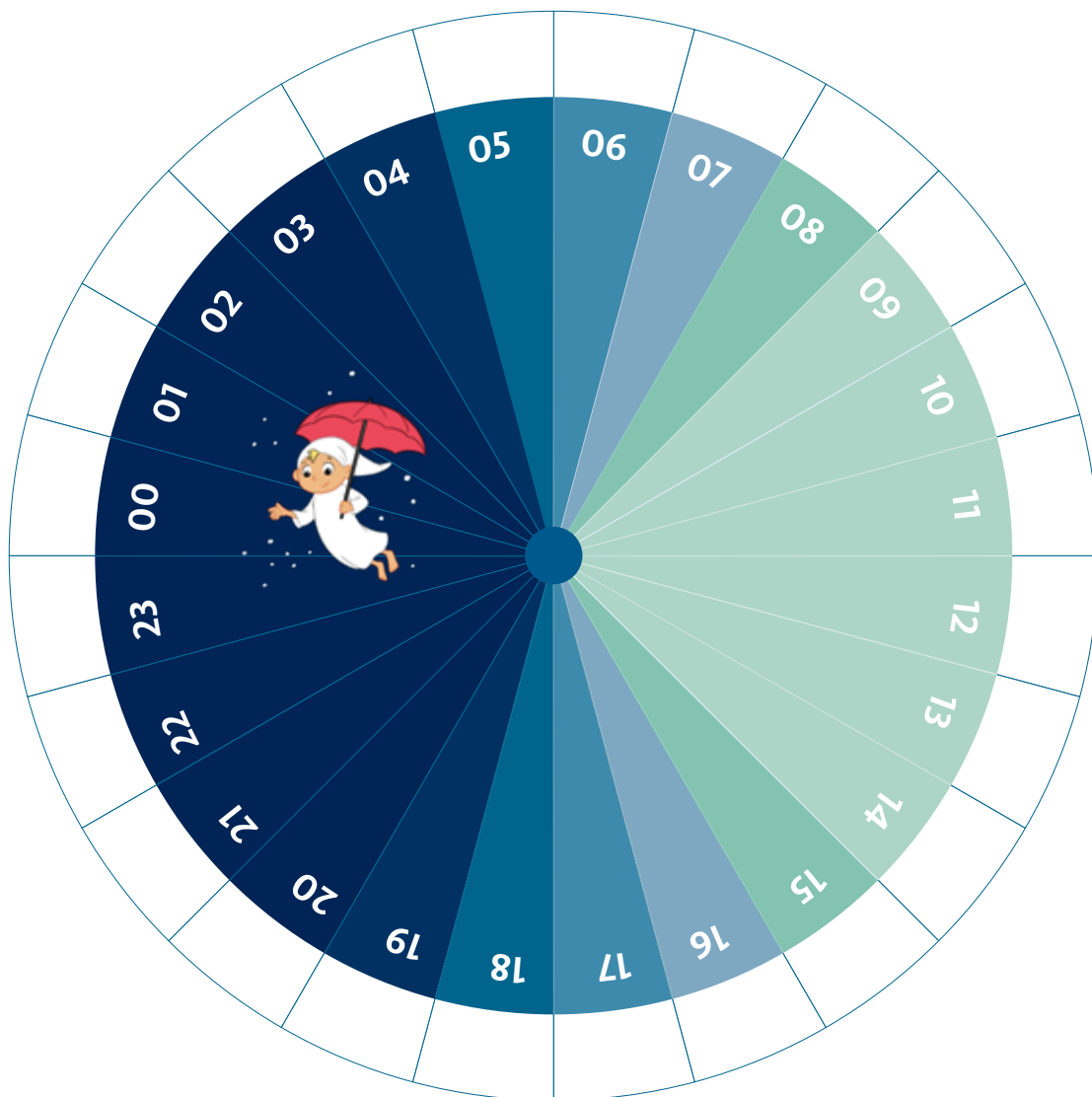
Hjemme hos jer

Udsagn om hvad der kan være vigtigt i en familie.

- At bruge humor og grine
- At have mad på bordet
- At være god mod andre
- At have tid til hinanden
- At kunne klare mig selv
- At undgå det som er svært
- At spise grønlandsk mad
- At have alenetid uden børn
- At være ærlig
- At have en sund livsstil
- At hjælpe andre
- At være i naturen
- At være fysisk aktive sammen
- At opdrage børnene traditionelt
- At vælge nemme løsninger
- At passe på mig selv
- At stå ved mine rødder og dyrke kulturen
- At gøre ting sammen
- At beskytte mine børn
- At have tid hver for sig
- At tale pænt til og om hinanden
- At give mine børn nye ting
- At være kreative sammen
- At børnene selv kan bestemme
- At lave mad sammen
- At være sammen med vennerne
- At have mennesker omkring mig hele tiden
- At undgå at være alene
- At få en undskyldning efter konflikt
- At slappe af på sofaen

- At:

Ulloq unnuarlu assakaasoq



Døgnhjul

