



## Känsellåda

**Syfte:** Att kunna presentera valda objekt från naturen taktilt. Att ge möjlighet att använda sinnet känsel som en del i lärande och upplevelser.

**Mål:** Att deltagaren får ett isolerat intryck för att lättare kunna känna igen och relatera till det valda objektet i naturen.



## Hur används en känsellåda?

För att genomföra en aktivitet med känsellådor behövs vanligtvis två lådor.

En öppen låda i ett transparent material och en slutna låda som döljer innehållet med ett hål för att föra ner handen.

Den öppna lådan har samma innehåll som den slutna och används för att den som utför övningen ska kunna se vad hen ska känna på. Det kan nämligen ibland kännas obehagligt att föra ner handen i den slutna lådan utan att veta vad som väntar en.

Att bara känna i den slutna lådan är dock att föredra då en då endast aktiverar känsel, utan att störas av andra intryck.

Om en inte har tillgång till en låda går en påse i hållbart material också bra.





### Förslag på innehåll i känsellådan:

Vatten, gräs, löv, blad, stenar, sand, pinnar, kottar, tång, alger, lera, bark, vass, mossa, skräp os.v. (välj med omsorg för att undvika skärsår)



### Frågor att reflektera kring är:

- Är det varmt eller kallt?
- Känns det hårt eller mjukt?
- Är det vått eller torrt?
- Lent? Slemmigt? Vasst? Skrovligt?
  
- Kan du beskriva vad du känner?
- Vet du vad det är du känner?
- Var kan en finna det i naturen?

Till övningen finns förslag på en symbolkarta att använda för att beskriva och kommunicera kring aktiviteten. Det finns också bilder och instruktionsfilmer att använda för förberedelse samt inspiration. Se [blaladan.se](http://blaladan.se)