

~ EN NY BOG DER KAN FÅ DIT BARN TIL AT FALDE I SØVN ~

TRAKTOREN DER SÅ GERNE VILLE SOVE

CARL-JOHAN FORSSÉN EHRLIN

ILLUSTRERET AF SYDNEY HANSON

PÅ DANSK VED LILIAN KINGO

ALVILDA



INSTRUKTION TIL LÆSEREN

Advarsel! Læs aldrig denne bog højt i nærheden af en person, der sidder bag rattet i en bil eller et andet køretøj!

Denne bog er skrevet med et klart søvndyssende formål, og den har derfor til tider en lidt anderledes sprogbrug. Det er for at hjælpe barnet til at slappe af og gøre ham eller hende parat til at falde godt i søvn om aftenen. Nogle gange har barnet behov for at høre bogen et par gange, inden han eller hun føler sig helt tryk ved historien og falder rigtigt i søvn.

For at få de bedste resultater bør du selv læse bogen igennem først, så du får en fornemmelse af, hvordan teksten er, og så du kan leve dig mere frit ind i historien, mens du læser højt for barnet. Jeg anbefaler også, at du læser de forslag og gode råd igennem, der står i slutningen af bogen. *Traktoren der så gerne ville sove* udkommer også som lydbog, hvis du eller dit barn foretrækker det.

Nogle steder i historien anbefales det, at du tilpasser dit tonefald eller gaber. Prøv dig frem og se, hvad der virker bedst for dit barn.

- Når teksten er markeret med **fed**, må du gerne betone disse ord.
- *Skrå tekst* betyder, at du gerne må læse på en roligere måde.
- Når der står [*navn*], må du gerne sige barnets navn.
- Når der står [*gab*], kan du med fordel gabe.

Held og lykke med bogen, og sov godt.

Carl-Johan Forssén Ehrlin





Der findes en rød traktor, som hedder Alex, og han er lige så gammel som dig. Traktoren Alex bor på en bondegård og kan godt lide at finde på ting og sager og have det sjovt, både alene og sammen med sine venner. I denne historie tager du med Traktoren Alex rundt og møder nogle af hans søde venner.

Når det bliver aften, vil Traktoren Alex gerne falde godt i søvn, men det kan han ikke altid. Alex kan ligge og tænke på forskellige ting, glemme alt andet end at **huske at falde i søvn** og *bare lade det blive sådan*.

Traktorens bedste ven, Bonden Blund, har meget let ved at falde i søvn, lidt ligesom du også snart har. Nu har Bonden Blund allerede lagt sig ned og sover så dejligt i sin bløde og trygge seng. Han sagde ”godnat”, før han **faldt i søvn næsten med det samme**, mens han lyttede til en *søvndyssende historie*. Traktoren Alex tænker på, hvornår du, akkurat ligesom Bonden Blund, **falder i søvn til den her historie – nu** eller om lidt.

Traktoren Alex tænker: ”Jeg har nogle venner, der kan fortælle mig, hvad de gør for at falde i søvn. De kan lære mig, hvordan jeg også **bliver så dejligt søvnig** og *bare falder i søvn*. Lad os køre hen og snakke med dem.”

Traktoren Alex kører ud af laden, kigger på dig og siger: ”Når du følger med i historien, *[navn]*, lærer du også, hvor let det kan være at **blive rolig og søvnig om aftenen**.”

Sammen drager I ud på en rejse, der vil hjælpe jer til **altid at falde godt i søvn om aftenen**.





Da du og Alex kører forbi bagsiden af huset, hvor Bonden Blund **allerede ligger og sover så dejligt**, kommer I hen til det søvndyssende grøntsagsland, hvor bonden dyrker mange **trætte** grøntsager. I landet bor Den Gabende Gulerod med sine minigulerødder og Den Sløve Salat sammen med sin babysalat. De kigger på dig og *gaber*. **[Gab.]** *De ser så rolige og afslappede ud, når de bare står der og lader alt andet forsvinde, næsten som om de sov.*

Traktoren Alex spørger stille, hvad de gør for at falde godt i søvn om aftenen.

Den Sløve Salat svarer med en søvndyssende stemme: *”Når min babysalat og jeg **skal sove**, forsøger vi at holde os vågne. Men jo mere jeg forsøger at holde mig vågen, **jo mere trætt bliver jeg, lige nu**. Og det får mig altid til at falde i søvn.”* **[Gab.]**

Den Gabende Gulerod siger: *”Sådan er det også for mig. Når det er aften, og jeg forsøger at lave noget andet end at **falde i søvn med det samme**, bliver jeg bare mere og mere trætt, og jo **trættere du bliver, [navn]**, jo lettere bliver det at falde i søvn. Så falder ... jeg i søvn ... når ...”*

Den Gabende Gulerod falder i søvn midt i sætningen, inden historien er slut. Og eftersom den her historie vil få både Traktoren Alex og **dig til at falde godt i søvn**, kan du bare gøre præcis som Den Gabende Gulerod – **bare lade øjenlågene glide ned** og se indersiden af dine øjenlåg, når du **nu vil lukke øjnene** og bare falde i søvn.

Traktoren Alex siger til dig: *”Vi er præcis ligesom grøntsagerne. Hvor vi end er, vokser vi og bliver store. Vi står godt fast på jorden og føler os trygge hele livet. Det er en tryghed, der gør mig parat til at **lade historien hjælpe mig med at falde i søvn**. Sove godt hele natten. Være sød mod andre mennesker, både voksne og børn, og føle mig taknemmelig over, at netop jeg findes og kommer til at *falde godt i søvn lige om lidt*.”*

Nu er alle i grøntsagsbedet faldet i søvn, og sammen med Traktoren Alex lister du dig forsigtigt væk for at lade alle grøntsagerne og **dig, sove godt**.



Traktoren Alex og du fortsætter ud på en eng og kommer hen til Onkel Troldmands hus. Han plejer at give gode råd, og han har hjulpet mange, mange børn med at **falde i søvn**. Onkel Troldmand står uden for huset i sin søvndyssende pyjamas og kigger på den smukke himmel gennem en kikkert. Han ser lidt træt ud. Traktoren Alex bliver nysgerrig og vil gerne vide, hvad det er, der *gør ham så træt, så træt*.

Onkel Troldmand fortæller: ”Jeg er træt, men her i aften har jeg ikke så let ved at falde i søvn. For at **blive rigtig træt** kigger jeg i min kikkert op på himlen og alle de søvnige stjerner, og så går jeg i gang med at tælle dem. For hver gang, jeg tæller en stjerne, bliver jeg **mere og mere træt**. Vi kan gå i gang med at tælle stjerner sammen, men jeg er nødt til at fortælle dig, at jeg plejer at **falde i søvn meget hurtigt**, når jeg gør det – som regel **før jeg er færdig med at tælle**.”

Traktoren Alex gaber og begynder at blive træt ved tanken om, at I kommer til at falde i søvn, når I skal tælle stjerner. *[Gab.]* I går i gang med at tælle sammen, og jeg spekulerer på, hvor mange stjerner du kan nå at tælle, inden **du falder i søvn**, *[navn]*.

En stjerne.

To stjerner, øjenlågene vil glide ned.

Tre stjerner, så træt.

Fire stjerner. [Gab.]

Fem stjerner, mere og mere træt, [navn].

Seks stjerner, søvndyssende stjerner.

Syv stjerner, dobbelt så træt.

Otte stjerner, bliver endnu mere træt.

Ni stjerner, vil sove, så træt.

Og ti stjerner, utrolig træt, og nu sover alle stjernerne.

”Jeg skal hjem i seng nu, men du kan blive ved med at tælle søvndyssende stjerner, indtil du også snart falder godt i søvn,” siger Onkel Troldmand, som er **meget træt nu** og *falder i søvn om lidt*.

Traktoren Alex siger tak til Onkel Troldmand, og I tager en **følelse af træthed** med, *når I langsomt triller videre på vej ned i søvnen*.

